TRATADOS HIPOCRÁTICOS

III

SOBRE LA DIETA • SOBRE LAS AFECCIONES • APÉNDICE A «SOBRE LA DIETA EN LAS ENFERMEDADES AGUDAS» • SOBRE EL USO DE LOS LÍQUIDOS • SOBRE EL ALIMENTO

BIBLIOTECA CLÁSICA GREDOS

TRATADOS HIPOCRÁTICOS

III

BIBLIOTECA CLÁSICA GREDOS, 91

TRATADOS HIPOCRÁTICOS

III

SOBRE LA DIETA • SOBRE LAS AFECCIONES •
ÁPENDICE A «SOBRE LA DIETA EN LAS ENFERMEDADES
AGUDAS» • SOBRE EL USO DE LOS LÍQUIDOS •
SOBRE EL ALIMENTO

INTRODUCCIONES, TRADUCCIONES Y NOTAS POR
C. GARCÍA GUAL, J. M.ª LUCAS DE DIOS,
B. CABELLO ÁLVAREZ, I. RODRÍGUEZ ALFAGEME



EDITORIAL GREDOS

Asesore para la sección griega: CARLOS GARCÍA GUAL.

Según las normas de la B. C. G., las traducciones de este volumen han sido revisadas por M.ª DOLORES LARA NAVA.

Las traducciones, introducciones y notas han sido llevadas a cabo por: C. G.ª Gual (*Sobre la dieta*), J. M.ª Lucas de dios (*Sobre las afecciones*), B. Cabellos Álvarez (*Apéndice a «Sobre la dieta en las enfermedadesagudas»*) e I. Rodríguez Alfageme (*Sobre el uso de los líquidos y Sobre el alimento*).

PRIMERA EDICIÓN, 1986.
1.ª REIMPRESIÓN.

Depósito Legal: M. 41105-1997.

ISBN 84-249-1425-2. Obra completa.
ISBN 84-249-1019-2. Tomo III.

Gráficas Cóndor, S. A.
Esteban Terradas, 12. Polígono Industrial. Leganés (Madrid), 1997.

SOBRE LA DIETA

(*Perì diaítēs*)

INTRODUCCIÓN

El tratado *Perì diaítēs* es uno de los escritos más amplios y variados del *Corpus Hippocraticum*. Hemos preferido traducir su título por *Sobre la dieta* —en lugar de *Acerca del régimen de vida*—, porque así conservamos el término griego originario; pero la palabra debe ser tomada en su acepción más amplia: se trata de prescribir un régimen de alimentos y de ejercicios para mantener o recobrar la salud, atendiendo al equilibrio que es la condición indispensable de ésta. Esta obra, dividida por su autor en cuatro libros, representa «la culminación del desarrollo de la teoría dietética en el período clásico», según la expresión de W. D. Smith[1]. Es, desde luego, el escrito más amplio y más sistemático sobre este tema, tan importante dentro de la medicina hipocrática.

Desde sus primeros párrafos el autor se nos presenta como un ecléctico, que conoce y piensa utilizar las obras de otros en la medida en que le parecen válidas, pero reclama para sí una mayor sistematicidad y un enfoque global que se echa de menos en los escritos de sus precursores. Esta visión de conjunto, más clara y completa, es lo que reclama como mérito fundamental de su exposición. Por ello, intenta exponer, en su libro I, una concepción general de la naturaleza humana recurriendo a teorías filosóficas, de acuerdo con un programa que esboza en el capítulo segundo del mismo. En los libros siguientes su escrito cobra un perfil más empírico, al describir los alimentos y ejercicios, pero este afán sistemático de resumir en una exposición completa y orgánica la teoría dietética es lo que da un sello peculiar al tratado. Por otro lado, como se ha señalado repetidamente, caracteriza a este autor la finalidad no sólo terapéutica, sino básicamente profiláctica con la que propone sus tratamientos.

Saber conduce a prever y a proveer, y así por los síntomas puede el terapeuta detectar la evolución de la enfermedad, que surge como desequilibrio, y puede, mediante un régimen dietético que compense los efectos nocivos del mismo, volver al enfermo a su condición saludable natural. Los elementos básicos de esta teoría son muy sencillos: alimentación y ejercicios tienen efectos contrarios; los procesos fundamentales en el cuerpo son los de repleción *(plēsmonḗ)* y vaciamiento *(kénōsis);* todo exceso es perjudicial; los alimentos presentan varias *dynámeis* («cualidades naturales, influencias, efectos») que el buen médico ha de conocer para ponerlas al servicio de su tratamiento. Con una concepción tan sencilla de la enfermedad y el tratamiento, nuestro autor propone un método dietético que no sólo trata de medicar al enfermo, sino de prevenir la enfermedad antes de que ésta se desarrolle. Sus prescripciones se basan en el reconocimiento previo, la *prodiágnōsis*, y es justamente por ello por lo que se le ha

calificado como precursor o fundador de la medicina preventiva.

En su tratamiento, el autor de *Sobre la dieta* recurre a alimentos naturales y a ejercicios físicos, dosificados y graduados para producir un cambio inverso al del proceso morboso; rehúye la administración de fármacos, y no deja de ser curioso el hecho de que, cuando en algunas pocas ocasiones acude al eléboro, propone, a la vez, como alternativa un tratamiento sin uso de tal droga. Este recurrir a lo natural, evitando la farmacopea, es uno de los rasgos de nuestro autor, cercano probablemente a un *paidotríbēs* famoso: Heródico de Selimbria. Otro trazo característico es su afición a las teorías de algunos filósofos presocráticos (Anaxágoras, Arquelao, Empédocles, Heráclito, algún pitagórico, acaso Protágoras, etc.[2]) acerca de la naturaleza humana, y sus aparentemente escasos conocimientos anatómicos concretos —p. ej., esas vagas alusiones a los tres *períodoi* del interior del cuerpo humano— que parecen limitar su formación y práctica profesional.

A costa de repetir estas líneas, parece interesante recoger el programa que se nos presenta en el cap. 2:

«Afirmo que quien pretende componer acertadamente un escrito sobre la dieta humana debe, antes que nada, reconocer y discernir la naturaleza del hombre en general; conocer de qué partes está compuesto desde su origen, y distinguir de qué elementos está dominado. Pues si no reconoce la composición fundamental, será incapaz de conocer lo que de ella se deriva. Y si no discierne qué es lo dominante en el cuerpo, no será capaz de procurarle lo conveniente al ser humano. Por tanto, eso debe conocerlo el autor de tal escrito y, juntamente con ello, la cualidad de todos los alimentos y las bebidas con las que nos mantenemos, qué propiedad tiene cada uno, tanto si proviene de su misma naturaleza, como si es debida a la ocasión forzada y a la técnica del hombre. Pues es preciso saber cómo hay que disminuir la influencia de las cosas que son fuertes por su naturaleza y cómo hay que potenciar el vigor de las débiles, por medio de la técnica, cuando quiera que se presente el momento oportuno para lo uno y lo otro.

Los que ya conocen lo dicho ahora, todavía no poseen con ello el tratamiento completo para medicar al hombre, ya que no puede el ser humano mantenerse sano sólo comiendo, sino que tiene además que practicar ejercicios. Pues presentan influencias opuestas entre sí comidas y ejercicios, pero se complementan con vistas a la salud. Porque los ejercicios físicos producen naturalmente un gasto de lo acumulado, mientras que los alimentos y bebidas restauran lo vaciado.

Conviene, según está admitido, discernir la influencia de los ejercicios físicos, tanto de los naturales como de los violentos, y cuáles de ellos proporcionan un aumento de las carnes y cuáles una disminución; y no sólo esto, sino además las relaciones convenientes de los ejercicios con respecto a la cantidad de alimentos, la naturaleza de los individuos y las edades de los cuerpos, y su adecuación a las estaciones del año, a las variaciones de los vientos y a las situaciones de las localidades en que se habita, y la constitución del año. Hay que conocer las salidas y las puestas del sol, de modo que se sepa prevenir los cambios y los excesos de las comidas y bebidas, de los vientos, y del universo entero, de todo lo que, ciertamente, les vienen a los seres humanos las enfermedades.»

A lo largo de los tres primeros libros el autor intenta cumplir con ese amplio programa. Comienza, pues, por exponer sus ideas sobre la naturaleza del hombre en general (I, caps. 3-36), tomando como base de su antropología un dualismo sustancial, del fuego y el agua como componentes últimos del organismo, y pasando a tratar de embriología, anatomía, genética, caracterología, con un amplio excursus sobre la doctrina del cuerpo como microcosmos y la curiosa *mímēsis* que las *téchnai* realizan inconscientemente de ciertos procesos somáticos[3]. El libro II comienza tratando de las constituciones de los lugares y de los vientos (caps. 37-38), y prosigue con un catálogo de las *dynámeis* de los alimentos y de los ejercicios (caps. 39-66) desde una perspectiva dietética. También el libro III comienza con una breve digresión, sobre el régimen propio de las distintas épocas del año (cap. 68), y luego expone los tratamientos adecuados en quince casos de enfermedad, basándose en los síntomas y en un diagnóstico previo o *prodiágnōsis* de la situación, causada por una preponderancia morbosa de los alimentos o de los ejercicios (caps. 69-85). El libro IV (caps. 86-93), bastante más breve que los anteriores, trata de los sueños en cuanto signos premonitores, *tekmḗria*, de determinados desarreglos corporales.

Como se ve, el plan seguido está de acuerdo con el programa, y en conjunto puede decirse que la composición de la obra revela un notable cuidado en pos del sistema y de la claridad del conjunto. Esta unidad de composición ha sido destacada por H. Diller y R. Joly. Mientras que el primer estudio fundamental sobre el tratado, el de C. Fredrich (*Hippokratische Untersuchungen*, Berlín, 1899), insistía en las múltiples influencias filosóficas detectables en el texto (sobre todo en el libro I, que tiene, a este respecto, una posición especial), y consideraba a nuestro autor como un «compilador» de opiniones anteriores, H. Diller y R. Joly, por distintos caminos, ya que los estudios de uno y otro aparecieron casi a un mismo tiempo[4], han insistido en la realización detallada de un plan unitario.

Ya W. Jaeger (en *Paideia*, II, 1944) señalaba que «el autor es un filósofo y un sistemático, aunque apenas lo caracterizaríamos con justicia calificándolo de simple compilador». Las páginas que Jaeger dedica al examen del tratado[5] son muy interesantes, y significan un avance de la posición mantenida por Fredrich[6]. En nuestro autor encontramos un afán de completar en una síntesis superior los logros de sus predecesores en el estudio de la dietética, como él mismo nos dice; es, mucho más que un compilador, un ecléctico, y no es un mero teórico, sino un tratadista observador y empírico, como muestran muchos detalles de los libros II y III, que sabe concertar sus teorías con la observación de datos y hechos, y al que sería injusto negar una visión cuidada del

conjunto de la obra y una cierta originalidad en lo que respecta a su doctrina de la *prodiágnōsis*, que es precisamente aquello en lo que él mismo insiste como «invención» propia, *heúrēma*, y una gran dosis de sistematismo en la redacción de su obra. Es, además, un autor muy consciente de su condición de tal, de escritor para un público bastante amplio, y de redactor de un *sýngramma*, un tratado que se inserta en una tradición, la de los escritos de dietética que pretende coronar. En los caps. 1 y 2 del libro I, aparecen, ocho veces, formas del verbo *syngráphō*, y esas repeticiones indican esa consciencia del escritor[7].

Que era alguien instruido en filosofía lo muestran las numerosas influencias que pueden detectarse en el libro I de filósofos anteriores, a veces estilísticas (de Heráclito) y, especialmente, de fondo (sobre todo, de Anaxágoras y Arquelao, pero también de algunos pitagóricos y de Empédocles y de algunos sofistas). Y también lo muestra su programa, que tiene cierta similitud con el que Platón atribuye al propio Hipócrates, en un conocido pasaje del *Fedro*[8]. Se trata de un escritor ilustrado, más cercano a los ambientes de los filósofos que otros autores del *CH*, pero a la vez un experto en temas médicos, distinto de los autores criticados por el hipocrático que escribió *Sobre la medicina antigua*.

Contrasta, en efecto, la generalidad y esquematismo de las teorías expuestas en el libro I sobre la naturaleza del hombre y la constitución del mismo, apuntaladas sobre tesis de algunos presocráticos, con las listas detalladas de alimentos y de ejercicios que encontramos en el libro II[9]. E, incluso, con la cautela que testimonia en el cap. 39, con el que prologa ese catálogo de alimentos, que seguramente está basado en una lista tradicional, como señalan R. Joly y W. D. Smith. «Todos cuantos han intentado expresarse de modo general acerca de la cualidad básica de las cosas dulces o saladas o grasas o sobre alguna otra sustancia del mismo tipo, no andan bien informados. Porque no tienen la misma cualidad unas que otras las cosas dulces, ni las grasientas, ni ninguna de las demás por el estilo. Pues muchas cosas dulces son laxantes, y otras son astringentes, unas desecan y otras humedecen... Así que no es posible acerca de todas en conjunto demostrar que son de tal o cual manera. De cada una en particular yo enseñaré la cualidad que posee.» Y, a continuación, empieza a tratar de los efectos de la cebada, los panes diversos, el *ciceón*, el trigo, etc., con el mismo sentido crítico con que lo postulaba el autor de *Sobre la medicina antigua*. A los asertos generales de base filosófica, postulados abstractos de abolengo presocrático, suceden una serie de observaciones basadas, en parte, en la tradición y, en parte, en la experiencia que se refieren a datos muy concretos en la línea de la medicina hipocrática empírica y

tradicional. (Una lista de alimentos y sus propiedades que guarda relación con otras que están en otros textos del *CH*, como *Sobre las afecciones* o con algunos párrafos del *Apéndice a sobre la dieta en las enfermedades agudas*)[10].

Es difícil precisar la fecha en que se escribió *Sobre la dieta*. W. Jaeger, que aproximaba su texto a los escritos de Diocles, dice que debió de escribirse bien entrado el s. IV. G. S. Kirk lo cree posterior al 350 a. C[11]. R. Joly prefiere, con buenas razones a nuestro parecer[12], situarlo hacia el 400 a. C., una fecha ya defendida por C. Fredrich.

NOTA BIBLIOGRÁFICA

El texto seguido en la versión ha sido el editado por Robert Joly, *Hippocrate. Du régime*, «Les Belles Lettres», París, 1967.

He tenido a la vista, además, las ediciones anteriores de: E. Littré en *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, volumen VI, París, 1849, págs. 462-663, y de W. H. S. Jones, *Hippocrates IV*, Londres-Cambridge (Mass.), 1931, páginas 223-447.

Los tres volúmenes citados presentan el texto acompañado de una traducción, sea francesa o inglesa. He contado también con la versión al italiano de U. Biasieli Dilemmi (hecha sobre el texto editado por R. Joly), publicada en *Opere di Ippocrate*, ed. por M. Vegetti, Turín, 1976, 2.ª ed. ampliada.

Para una bibliografía sobre este tratado remito a las obras citadas en las notas de la Introducción.

CARLOS GARCÍA GUAL

[1] W. D. SMITH, «The Development of Classical Dietetic Theory», en *Hippocratica*, París, 1980, pág. 583.

[2] La influencia fundamental, como ya señaló C. Fredrich y, luego, ha precisado R. Joly, es la de Anaxágoras y su discípulo Arquelao. La influencia de Heráclito, cuyo estilo sentencioso parece imitar el autor del *Perì diaítēs* en varios pasajes del libro I, es menor de lo que apuntan algunos críticos guiados por una impresión de primera lectura. También, en puntos concretos, es importante el influjo de los pitagóricos, precursores en el campo de la dietética y en el estudio del alma.

[3] Sobre el tema del microcosmos y las posibles influencias orientales, véase el minucioso comentario de R. JOLY, *Recherches sur le traité pseudo-hippocratique Du régime*, París, 1961, págs. 35-52, y sobre la mímesis de los procesos naturales, *ibid*., págs. 52-75.

[4] El artículo de H. DILLER, «Die innere Zusammenhang der hipp. Schrift *De victu*», apareció en *Hermes* (1959), 39-56, y está recogido en sus *Kleine Schriften zur antiken Medizin*, Berlín-Nueva York, 1973, págs. 71-88.

[5] Corresponden a las págs. 816-29 de la trad. esp. en un tomo de *Paideia*, México, 1957 (trad. de W. ROCES).

[6] Anterior a las páginas de Jaeger es el estudio de A. PALM, *Studien zur hippokratischen Schrift Perì diaítēs*, Tubinga, 1933.

[7] Me parece que éste es un trazo personal de nuestro autor. No olvidemos que los textos de la medicina hipocrática aparecen al tiempo que se hace más «escrita» la cultura griega. (Cf. I. M. LONIE «Literacy and the Development of Hippocratic Medicine», en *Formes de pensée dans la Collection Hippocratique*, Ginebra, 1983, págs. 145-61; aunque no habla en concreto de este tratado.)

[8] Hemos tratado de esto en nuestra «Introducción general» a *Tratados hipocráticos*, I, Madrid, B. C. G., 1983, págs. 34-7. Contra la tesis de W. D. Smith de que el autor de *Sobre la dieta* fuera el mismo Hipócrates, polemiza, de nuevo, R. JOLY en «Platon, Phèdre et Hippocrate: vingt ans après», en el vol. *Formes de pensée... (Actes* del IV coloquio internacional hipocrático celebrado en Lausannne, del 21 al 26 de septiembre de 1981), págs. 407-22, y en «Hippocrates and the School of Cos», en *Nature Animated*, M. RUSE ed., Dordrecht, 1983, págs. 29-47.

[9] GALENO, que admiraba especialmente este libro, reputándolo digno de Hipócrates, nos testimonia (en VI, 473 K.) que circulaban ediciones sueltas del mismo, unas comenzando en el § 37 y otras en el 39. También Diocles de Caristo utilizaba este libro con frecuencia.

[10] Sobre la relación de *Sobre la dieta* con otros textos del *CH* remito a R. JOLY, *Recherches*..., págs. 183-209, y a las notas de nuestra traducción. Está, al parecer, en cierta relación con los tratados cnidios, pero no es un texto de esa escuela; sino como se ha dicho, un ecléctico atento a muy diversas corrientes.

[11] G. S. KIRK, *Heraclitus, The Cosmic Fragments*, Cambridge, 1954, págs. 27 y sigs.

[12] Entre ellas nos parece que es clara la que un eclecticismo filosófico como el del libro I, que hace un *pastiche* de Heráclito, y acude a Anaxágoras, a Empédocles y a otros presocráticos, habría sido arcaizante en exceso en la segunda mitad del siglo IV. El estudio detallado de la prosa de los tres últimos libros no permite, por nuestros restringidos conocimientos sobre la cuestión, llegar a una datación concreta.

SOBRE LA DIETA

LIBRO I

Si yo considerara que alguno de quienes me han precedido [**1**] en escribir acerca de la dieta humana adecuada a la salud había expuesto en sus escritos, en conjunto y en detalle, conociéndolo correctamente, cuanto le es posible abarcar a la inteligencia humana, a mí me bastaría, tras el trabajo realizado por otros, con reconocer lo que es atinado y valerme de estos resultados en la medida en que cada uno de ellos me pareciera ser útil. Ahora bien, son muchos los que ya han escrito sobre estos temas[1], pero ninguno aún supo bien cómo debían tratarse por escrito. Unos acertaron en un punto, otros en otro; pero en el conjunto todavía no lo hizo ninguno de mis predecesores. No obstante, no es justo hacerle reproches a ninguno de ellos por no haber podido completar sus descubrimientos; más bien hay que elogiarlos a todos por haber emprendido tal investigación.

Con que no vengo dispuesto a censurar lo que no se ha dicho acertadamente, sino que mi intención es confirmar con mi asentimiento lo que está bien entendido. Porque todo cuanto mis predecesores han expuesto acertadamente no me es posible describirlo de manera diferente si lo describo correctamente. En cuanto a lo que han escrito de modo equivocado, con sólo rechazarlo y decir que no es así, nada concluiré. Con exponer lo que me parece acertado en cada tema dejaré claro cuál es mi propósito.

Y hago estas observaciones iniciales por la razón siguiente: que la mayoría de la gente, una vez que han oído al primero que dio explicaciones sobre algo, no aguardan a los que luego comentan sobre el tema, sin advertir que es propio del mismo proceso intelectual[2] reconocer lo dicho acertadamente y descubrir lo que aún no estaba enunciado.

Yo pues, como dije, confirmaré con mi aprobación lo que esté expuesto acertadamente, y en cuanto a lo dicho inexactamente mostraré cómo es en realidad. Y todo aquello que ninguno de los anteriores intentó explicar, yo indicaré[3] también cómo se presenta.

Afirmo que quien pretende componer acertadamente [**2**] un escrito sobre la dieta humana debe, antes que nada, reconocer y discernir la naturaleza del hombre en general; conocer de qué partes está compuesto desde su origen y distinguir de qué elementos está dominado. Pues si no reconoce la composición fundamental, será incapaz de conocer lo

que de ella se deriva. Y si no discierne qué es lo dominante en el cuerpo, no será capaz de procurarle lo conveniente al ser humano[4]. Por tanto, eso debe conocerlo el autor de tal escrito y, juntamente con ello, la cualidad[5] de todos los alimentos y las bebidas con las que nos mantenemos, qué propiedad tiene cada uno, tanto si proviene de su misma naturaleza, como si es debida a la ocasión forzada y a la técnica del hombre. Pues es preciso saber cómo hay que disminuir la influencia de las cosas que son fuertes por su naturaleza y cómo hay que potenciar el vigor de las débiles, por medio de la técnica, cuando quiera que se presente el momento oportuno para lo uno y lo otro.

Los que ya conocen lo dicho ahora todavía no poseen con ello el tratamiento completo para medicar al hombre, ya que no puede el ser humano mantenerse sano sólo comiendo, sino que tiene además que practicar ejercicios. Pues presentan influencias opuestas entre sí comidas y ejercicios, pero se complementan con vistas a la salud. Porque los ejercicios físicos producen naturalmente un gasto de lo acumulado, mientras que los alimentos y bebidas restauran lo vaciado[6].

Conviene, según está admitido, discernir la influencia de los ejercicios físicos, tanto de los naturales como de los violentos, y cuáles de ellos proporcionan un aumento de las carnes y cuáles una disminución; y no sólo esto, sino además las relaciones convenientes de los ejercicios con respecto a la cantidad de alimentos, la naturaleza de los individuos, y las edades de los cuerpos, y su adecuación a las estaciones del año, a las variaciones de los vientos y a las situaciones de las localidades en que se habita, y la constitución del año. Hay que conocer las salidas y las puestas del sol, de modo que se sepa prevenir los cambios y los excesos de las comidas y bebidas, de los vientos y del universo entero[7], de todo lo que, ciertamente, les vienen a los seres humanos las enfermedades.

Y con haber analizado todo eso aún no queda completa la investigación. Si, además de esto, pudiera hallarse, en cada caso, la proporción de alimentos y el número ajustado de ejercicios que no ofrecieran un desequilibrio ni por exceso ni por defecto, así se descubriría de manera exacta la salud para los individuos. Ahora bien, mientras que todo lo dicho anteriormente está investigado y descubierto, tal como es, esto es imposible descubrirlo.

Cuando uno está presente y puede observar a un hombre que en el gimnasio se desviste y realiza sus ejercicios físicos, puede conocerlo de forma que puede mantenerlo sano, privándole de algunas cosas y complementando su dieta con otras. Pero si uno no está presente, le resulta imposible prescribir con exactitud[8] alimentos y ejercicios. Por otra parte si, aunque sea en muy pequeña dosis, los unos resultan inferiores a los otros, forzoso será que con el paso del tiempo el cuerpo se vea vencido por el exceso y caiga

enfermo. Así que con esto queda dicho lo que me parece que es posible investigar.

Mis predecesores, en efecto, han emprendido la investigación hasta este punto, pero ni siquiera estas cosas las han enunciado correctamente. En cambio, yo las he expuesto hasta el fondo, y además he descubierto el diagnóstico previo[9], que indica antes de que el individuo caiga enfermo por efectos del exceso en qué sentido se producirá el desequilibrio. Porque las enfermedades no les atacan a los hombres de improviso, sino que se incuban poco a poco para declararse luego de golpe[10]. Yo he descubierto a fondo lo que sufren los pacientes y cómo hay que recompensar esto para recobrar la salud, antes de que lo sano en el hombre sea derrotado por lo enfermo. Con que se añada esto a lo ya escrito concluye la tarea objeto de mis propósitos.

[**3**] Los seres vivos, tanto el hombre como todos los demás, están constituidos por dos elementos, diferentes en cuanto a su propiedad esencial, pero complementarios en su funcionamiento[11]: fuego y agua. Ambos aunados son autosuficientes frente a todos los demás y para sí mismos; pero cada uno por sí, separadamente, no lo es ni para sí mismo ni ante ningún otro.

En cuanto a su propiedad natural cada uno posee esto: el fuego puede moverlo todo en cualquier circunstancia y el agua nutrirlo todo en cualquier caso[12]. A su vez, por turnos, cada uno domina y es dominado hasta lo más amplio y lo mínimo en lo posible. Porque ninguno puede imponer su dominio totalmente por la razón siguiente: al fuego, al avanzar sobre lo último del agua le falta la nutrición; de modo que se retira adonde encuentra de qué nutrirse; y al agua, al avanzar sobre lo último del fuego, le falta movimiento, con que en eso se detiene, y cuando se detiene ya no es potente, sino que ya se consume en alimento del fuego que la ataca.

Por eso ninguno de los dos puede imponer su dominio de un modo absoluto. Si alguna véz quedara vencido cualquiera, el que fuera, de los dos, nada de lo que existe sería tal cual es ahora; pero mientras sea así, los seres continuarán siempre siendo los mismos, y ninguno de estos principios ni ambos a la par se extinguirán. De modo que el fuego y el agua, como dejo dicho, son autosuficientes en todo y para todo igualmente para un máximo y un mínimo.

[**4**] A cada uno de ellos, respectivamente, se le asocian estas cualidades: al fuego lo cálido y lo seco; al agua lo frío y lo húmedo. Pero cada uno retiene algo del otro: el fuego del agua lo húmedo; pues existe humedad en el fuego; y el agua del fuego lo seco; pues hay sequedad en el agua[13]. Siendo así estos principios, de uno y otro se segregan muchas y varias formas, tanto de simientes como de seres vivos, que no son nada semejantes entre sí ni en su aspecto ni en su modo de actuar. Porque como los elementos no se fijan

jamás en un mismo punto, sino que continuamente están mudándose hacia esto y lo otro, por necesidad resultan distintos los seres que se originan segregándose de ellos.

En realidad nada perece de todas las cosas ni nada nace que ya antes no existiera[14]. Sólo varían ⟨los seres⟩ combinándose y disgregándose. Pero los humanos estiman que lo que crece viene a nacer desde el Hades a la luz, y que lo que mengua desde la luz al Hades perece. Pues dan más crédito a sus ojos que a su entendimiento, cuando no son capaces siquiera de juzgar sobre lo visible. Yo en cambio explico estas cosas de acuerdo con la razón[15]. Seres vivos, en efecto, los hay tanto aquí como allí. Y no es posible que algo, si está vivo, muera a no ser junto con todo. ¿ Pues adónde irá a morir? Ni tampoco que lo que no existe se origine, pues ¿de dónde vendría a existir? Lo que sucede es que todo aumenta y disminuye hasta el máximo y el mínimo de sus posibilidades.

Lo que en mi charla llamo «nacer» o «perecer» lo describo así de acuerdo con la gente, pero aclaro que se trata de que eso se mezcla y se disgrega. Lo que sucede es de este modo: nacer y perecer es lo mismo; mezclarse y disgregarse, lo mismo; aumentar y disminuir, lo mismo; nacer y mezclarse, lo mismo; morir y separarse, lo mismo; cada ser frente a todos y todos frente a cada uno, lo mismo, y nada de todo ello es lo mismo. Pues la convención es contraria a la naturaleza respecto de todo esto.

Todas las cosas, divinas y humanas, se mueven cambiando [**5**] arriba y abajo. El día y la noche se mueven hasta un máximo y un mínimo. Como la luna va hasta un máximo y un mínimo, asaltos del fuego y del agua, así también el sol va hasta lo más largo y lo más breve, y todo es lo mismo y no lo mismo. Luz para Zeus, oscuridad para Hades; luz para Hades, oscuridad para Zeus; lo de allí viene aquí, y lo de aquí va allá; en cualquier época, en cualquier lugar contrarrestan aquellas cosas la función de éstas y, a la par, éstas de aquí la de aquéllas.

Pero ⟨los hombres⟩ no saben lo que hacen, mientras que creen saber lo que no hacen, y desconocen lo que ven. Sin embargo todo les sucede por una divina necesidad, tanto lo que quieren como lo que no quieren. Al presentarse acá las cosas de allá, y al ir allí las de aquí, mezclándose unas con otras, cada una cumple el destino asignado, en su aumento y su disminución. A todas les viene la destrucción, a unas de otras, a lo mayor de lo menor y a lo menor de lo mayor; y se desarrolla lo mayor a partir de lo menor, y lo menor a partir de lo mayor.

[**6**] Todas las cosas, así el alma del hombre, y el cuerpo igual que el alma, están implicadas en un orden[16]. En el ser humano se introducen partes de partes, conjuntos de conjuntos, que presentan una combinación de fuego y de agua, los unos para tomar, los otros para dar. Los que toman causan disminución, los que dan aumentan. Unos

hombres sierran un madero: el uno empuja, el otro tira. Hacen lo mismo, disminuyendo aumentan[17]. Tal es la naturaleza del hombre: lo uno empuja, lo otro tira; lo uno da, lo otro recibe; y a lo uno se lo da y a lo otro se lo toma; y le da a esto tanto más y le toma a esto tanto menos. Cada parte conserva su espacio propio; las unas, al disminuir, se separan yendo a ocupar un espacio menor; las otras, al progresar hacia lo mayor, se mezclan y pasan a una disposición superior. Las partículas extrañas, heterogéneas, son expulsadas de un lugar que les es ajeno.

Cada alma, que tiene sus partes mayores y menores, circula por sus propias partículas, sin necesitar de la adición o de la supresión de partes, sino que tan sólo requiere un espacio de acuerdo con el aumento y la disminución de sus componentes; cumple sus funciones en cualquier espacio al que llega y acoge lo que le sobreviene[18]. Lo que no es del mismo género no puede quedarse en lugares que le son inconvenientes, y así vaga sin rumbo y al azar; en cambio los elementos que se juntan unos a otros conocen a qué se agregan; porque se agrega lo conveniente con lo conveniente, mientras que lo inconveniente guerrea y combate y se distancia lo uno de lo otro. Por eso el alma del hombre crece en el ser humano y en ningún otro más; y del mismo modo ocurre en los demás grandes animales. Cuando sucede de otro modo, se producen separaciones violentas de lo demás[19].

Ahora voy a dejar de tratar de los demás seres vivos, [**7**] y me explicaré acerca del hombre. Pues bien, en el ser humano penetra un alma que contiene una combinación de fuego y agua, y es una parte del cuerpo humano[20]. Sus partes, tanto masculinas como femeninas, se forman muchas y variadas, y aumentan con el régimen de vida adecuado al hombre. Forzoso es que las partes del hombre contengan todos sus constituyentes, pues de aquel que no hubiera desde un principio una partícula no podría desarrollarse ni recibir nutrición, sea mucha o poca, ya que carecería de base para su posterior crecimiento.

Conteniéndolos todos, cada parte crece en su propio espacio, recibiendo la nutrición que proviene de un agua seca y de fuego húmedo, introduciéndose algunos elementos a la fuerza y expulsando otros. Del mismo modo que los carpinteros sierran un madero, el uno tira y el otro empuja, y hacen lo mismo; y al presionar hacia abajo se desliza hacia arriba, ya que no admitiría bajar fuera de su momento, y si se lo fuerza todo se estropea. Así la nutrición humana: lo uno tira, lo otro empuja; forzando hacia adentro sale afuera, y si se hace violencia a contratiempo todo va al traste.

[**8**] Cada parte mantiene su propia disposición durante tanto tiempo como su espacio lo admite, y cuando ya no y tampoco recibe suficiente nutrición para el desarrollo

máximo de sus posibilidades, entonces cambia a un espacio más amplio, tanto las partes femeninas como las masculinas, impulsadas del mismo modo por fuerza y necesidad. Las que primero cumplen el destino asignado, éstas se separan primero, y al mismo tiempo se combinan unas con otras. Pues cada parte primero se separa, y luego se combina de nuevo.

Una vez que han cambiado de lugar y consiguen insertarse en un sistema armonizado según relaciones musicales exactas, en el que aparecen las tres consonancias, cuarta, quinta y octava, viven y se desarrollan con los mismos ingredientes que antes. Pero si no consiguen alcanzar este acuerdo armónico, y no resultan acordados los graves con los agudos en el primer intervalo o en el segundo o en la octava, si un solo tono falla, todo el acorde queda malogrado, como que no podría servir de acompañamiento al canto[21]. Entonces cambian de lo mayor a lo menor antes del momento asignado, porque desconocen lo que hacen.

Acerca de machos y hembras, de por qué nacen unos [**9**] y otras daré mis explicaciones al avanzar el escrito. Pero cualquiera que sea el sexo de la parte que avanza y consigue la armonía, ésta se mueve, siendo húmeda, por efecto del fuego. Al moverse se inflama y consigue su nutrición de los alimentos y del aire respirado que penetran en la mujer; así al comienzo en todo igualmente, en tanto que es algo tierno. Pero por efecto del movimiento y del fuego se seca y se solidifica; y al solidificarse se endurece en toda su superficie. Entonces el fuego, que queda encapsulado, ya no puede obtener suficiente nutrición ni expulsa el aire interno a causa de la dureza de la capa envolvente. De modo que consume la humedad del interior.

En cuanto a las partes duras y secas por naturaleza en el organismo, éstas no se consumen en nutrición del fuego, sino que se hacen más sólidas y se quedan compactas al faltarles la humedad, y son las que se denominan huesos y tendones. El fuego, a partir de la humedad combinada y agitada por él, organiza el cuerpo de acuerdo con la naturaleza y según el destino asignado de este modo: a través de las partes duras y secas no pueden forjarse pasajes duraderos, porque ahí no obtiene nutrición, lo que sí puede en las partes húmedas y blandas, ya que éstas le sirven de sustento. Pero también en éstas hay una sequedad que no es consumida por el fuego, y estas partes se cohesionan unas con otras.

El fuego que está encerrado en lo más dentro es el más abundante y consigue hacerse una salida más amplia, porque lo húmedo era por allí más abundante, y eso es lo que llamamos «vientre»[22]. De allí salió hacia afuera, una vez que se encontró falto de alimento, y se fabricó conductos para el aire respirado y la obtención y distribución de los

alimentos. La parte encerrada, que era la más húmeda del fuego, produjo en esos espacios interiores del resto del cuerpo tres conductos, que son lo que se llaman «venas cavas». Y entre éstas, lo que resta del agua se concentra y se densifica sólidamente en lo que se llaman las «carnes»[23].

[**10**] En resumen, el fuego todo lo ha organizado por sí mismo en el interior del cuerpo, a imitación del universo, acordando lo pequeño con lo grande y lo grande con lo pequeño[24]. La cavidad estomacal es como el órgano más amplio, recipiente para el agua seca y húmeda, a fin de proporcionarla a todo el resto y recibir de todo lo demás, a la manera del mar, nutridor de los animales adaptados a él y destructor de los inadaptados. En torno a esta ⟨cavidad estomacal⟩ produjo el fuego una condensación de agua fría y húmeda, conducto para un aire interior frío y caliente, a imitación de la tierra, que transforma todo lo que cae sobre ella. Y al consumir esto y desarrollar lo otro, ha logrado una dispersión de agua ligera y de fuego aéreo, invisible y visible, secreción de lo compacto, en lo que se mueve cada elemento para llegar a hacerse visible en el momento prefijado. En el interior el fuego ha formado tres circuitos, que se corresponden entre sí tanto por dentro como por fuera: el uno en las cavidades de lo húmedo, a la manera de la luna, el otro en la capa sólida circundante, a la manera de los astros, y el circuito medio que alcanza tanto el interior como el exterior, a la manera del sol.

El fuego más cálido y más intenso, que domina todo, que todo lo dirige de acuerdo con la naturaleza, inaccesible a la vista y al tacto, es aquel del que depende el alma, la inteligencia, el pensamiento, el crecimiento, la disminución, el movimiento, la alteración, el sueño, el estar despierto. Éste lo gobierna todo en todo momento, tanto lo de aquí como lo de allí, sin vacilar jamás.

Los hombres no saben observar lo invisible a partir [**11**] de lo visible[25]. Porque usan técnicas semejantes a la naturaleza humana y lo ignoran[26]. La providencia de los dioses[27] les enseñó a imitar sus propias funciones, sabiendo lo que hacen pero desconociendo lo que imitan. Pues todo es semejante siendo distinto, concertado siendo divergente, dialogante sin entrar en diálogo, poseedor de razón siendo irracional. Opuesto es el modo de ser de unas cosas y otras, concertándose entre sí. Porque convención y naturaleza, con las que actuamos en todo, no andan de acuerdo, concordando[28].

Los hombres han establecido ellos entre sí lo convencional, aunque ignoran sobre qué bases lo establecieron; pero la naturaleza de todo la ordenaron los dioses. Lo que los hombres establecieron jamás se mantiene en los mismos términos ni correcta ni incorrectamente, pero cuanto los dioses determinaron persiste justamente. Tanto se diferencia lo recto y lo no recto.

[**12**] Yo voy a demostrar que las artes conocidas son similares a los procesos experimentados por la naturaleza humana, tanto visibles como internos. Así en el caso de la ⟨técnica⟩ adivinatoria[29]. Por los signos visibles conoce lo invisible y por lo invisible lo visible, y por lo que es conoce el futuro, y por los muertos lo vivo, y por los hechos irracionales comprenden los adivinos, el que es sabio siempre de modo acertado, el que no es sabio unas veces sí y otras no. Eso es un simulacro de la vida y la naturaleza del hombre. Un hombre, tras haberse unido a una mujer, engendra un niño. Por lo visible conoce lo invisible, cómo será. La razón humana, que es invisible, conociendo lo visible avanza desde el niño hasta el hombre; por el presente conoce el futuro. No es similar el muerto al vivo; pero por el cadáver se conoce al ser viviente. El estómago carece de entendimiento, pero con él entendemos que tenemos sed o hambre. Las mismas experiencias están en la base del arte adivinatoria y de la naturaleza humana. Para quienes las conocen están siempre correctas, para los que no las conocen de manera permanente, unas veces sí y otras no.

Los artesanos funden el hierro con el fuego, presionando [**13**] al fuego con el soplo del aire; le sustraen el alimento que tenía, y volviéndolo maleable lo baten y lo moldean. Y con el alimento de otra agua ⟨el hierro⟩ se hace resistente. Lo mismo hace con el hombre el maestro de gimnasia: le sustrae mediante el fuego la nutrición de que disponía, presionándolo mediante la respiración. Y cuando se ha vuelto maleable ⟨el individuo⟩, lo golpea, lo moldea, y lo purga; y éste con una aportación de aguas de otra parte se vuelve resistente.

También los bataneros hacen eso: pisotean, baten, [**14**] estiran, y con rudo tratamiento fortalecen, cortando lo que sobresale y recosiendo embellecen los tejidos. Lo mismo le ocurre al hombre con ese tratamiento.

Los zapateros cuartean lo entero en trozos y de los [**15**] trozos hacen piezas enteras; cortando y taladrando lo que está pasado las recomponen en buen estado. También eso le pasa al ser humano. De sus conjuntos se cuartean trozos y de estos trozos ensamblados se originan conjuntos nuevos; sometidos a punzadas y cortes por los médicos en lo que tienen deteriorado, recuperan la salud. Y esto es lo propio de la medicina: rechazar lo que causa dolor, y al eliminar lo que motiva el dolor devolver la salud. La naturaleza por sí misma lo sabe: hace incorporarse al que está echado y reposar al que está en agitación, y también otros trazos de la medicina los posee la naturaleza.

[**16**] Los carpinteros sierran: el uno empuja, el otro tira, y ambos están haciendo el mismo trabajo; al empujar sube un lado y desciende el otro. Al hacer menor hacen mayor. Imitan la naturaleza del hombre. La respiración expele el aire y lo atrae; hace lo

mismo en ambos casos. Por un lado oprime, por otro impulsa hacia arriba. De una sola alma, al dividirse, resultan otras, más o menos numerosas, más o menos grandes.

[**17**] Los arquitectos construyen sus obras conjuntadas de materiales diversos, humedeciendo los secos, secando los húmedos, troceando las piezas enteras y ensamblando las troceadas. De no ser así no resultaría lo que debe ser. Imitan la dieta del hombre: humedeciendo lo seco, secando lo húmedo, ⟨los seres humanos⟩ trocean lo entero y recomponen lo troceado. Todo eso, que es diverso, se armoniza.

[**18**] Las composiciones musicales no son idénticas a partir de los mismos tonos, de los agudos y de los graves, similares en el nombre, pero desiguales en su son. Los que más difieren mejor se acuerdan, y los que muy poco difieren muy poco se ajustan. Y si uno compone todo en un solo tono, elimina el placer. Los cambios más amplios y más varios son los más placenteros.

Los cocineros les preparan a la gente platos de manjares varios, distintos, que se combinan de varios modos, y de los mismos ingredientes resultan cosas diferentes, alimento y bebida para el hombre. Si todo lo hicieran igual, no habría en ello deleite. Ni si en el mismo plato lo combinaran todo tampoco estaría bien.

Los instrumentos de percusión en música dan unas notas altas y otras bajas. La música imita a la lengua[30] que distingue lo dulce y lo ácido de lo que se le da a gustar, lo desacorde y lo acorde. Y da los sonidos altos y bajos, y no es correcto dar los altos bajos ni los bajos altos. Cuando la lengua está bien afinada hay placer en el acorde y disgusto en lo discordante.

Los curtidores tensan, frotan, peinan, lavan; del mismo [**19**] modo se trata a los niños. Los canasteros dando vueltas al cesto lo trenzan, y partiendo de un comienzo concluyen volviendo al mismo comienzo. Lo mismo acaece en el ciclo del cuerpo: donde comienza ahí viene a concluir.

Trabajan otros el oro: lo baten, lo lavan, lo funden. [**20**] Al fuego suave, pero no al violento, se solidifica. Y, una vez que lo tienen trabajado lo utilizan para todo. El hombre sacude el trigo, lo lava, lo muele, y lo utiliza cociéndolo al fuego; pero no se aglutina en el cuerpo con un fuego violento, sino con uno suave.

Los escultores hacen una imitación del cuerpo sin [**21**] alma, y forman seres no dotados de razón, a partir de agua y tierra, humedeciendo lo seco y secando lo húmedo; recortando lo que sobra y añadiendo lo que falta, desarrollando (sus obras) de lo más pequeño a lo más grande. Lo mismo sucede en el hombre: va creciendo de lo más pequeño a lo más grande, eliminando lo que sobra, añadiendo lo que falta, humedeciendo lo seco y secando lo húmedo.

Los alfareros hacen girar el torno, y éste no se desplaza [**22**] ni adelante ni atrás, y al moverse en los dos sentidos a la vez imita la rotación del universo. Y con la misma rueda que voltea sobre sí fabrican variados cacharros, nada semejantes uno a otro, a partir de los mismos materiales y con los mismos instrumentos. Lo mismo les pasa a los hombres y al resto de los animales. En el mismo ciclo son modelados todos, de los mismos materiales y con los mismos órganos, tornando seco lo húmedo y húmedo lo seco, y no son semejantes en nada.

[**23**] Un caso parecido es el de la escritura: combinación de figuras, signos de la voz humana, capacidad de rememorar los hechos pasados, y de indicar lo que debe hacerse[31]. El conocimiento se construye con siete figuras. Todo eso lo ejecuta el hombre, tanto el que sabe de letras como el que no sabe. A través de siete estructuras también se construyen las sensaciones del hombre: el oído en contacto con los sonidos, la vista con lo visible, las narices con el olor, la lengua con el sabor de lo gustoso y lo desagradable, la boca con el habla, el cuerpo con el tacto, los conductos interiores y exteriores con el aire cálido o frío. Gracias a estos sentidos le llega al hombre el conocimiento.

[**24**] El esfuerzo competitivo, el aprendizaje gimnástico es algo así por el estilo: ⟨los maestros de gimnasia⟩ enseñan a transgredir las normas según una norma, a ser injustos justamente, a engañar, hurtar, robar, cometer actos violentos, a lo peor de la mejor manera[32]. El que no hace eso es malo, y el que lo hace bien bueno. Una muestra de la insensatez popular. Admiran eso, y consideran que entre todos ⟨los participantes⟩ sólo uno es bueno, y todos los otros malos. Muchos son los que admiran, pocos los que entienden.

Las gentes que acuden al mercado hacen lo mismo. Los hombres practican el engaño comprando y vendiendo. Y el que más engaña, ése recibe admiración. Bebiendo y enfureciéndose hacen lo mismo. Corren, pelean, combaten, roban, engañan, y uno solo de todos es premiado. El arte del actor embauca a los espectadores. Dicen unas cosas y piensan otras; los mismos entran y salen que no son los mismos. Propio del hombre es decir esto y hacer aquello, y que la misma persona no sea la misma, y sostener unas veces un juicio y otras otro. Así que todas las artes tienen algo en común con la naturaleza humana.

El alma humana que, como ya dejé dicho, presenta [**25**] una combinación de fuego y agua y las partes del ser humano, se introduce en todo ser vivo que respira, y ciertamente en cualquier humano, sea joven o viejo. Pero no en todos se desarrolla del mismo modo, sino que en los cuerpos más jóvenes, donde la circulación es rápida y el cuerpo está creciendo, se inflama y se consume ligera en el desarrollo del cuerpo. En

cambio, en los de más edad, cuando la circulación ya es lenta y el cuerpo está más frío, se gasta en la mengua del individuo.

Pero todos los cuerpos ⟨humanos⟩ que están en su plenitud y en las edades de procreación pueden nutrirla y desarrollarla. Un guerrero que puede dar comida a numerosos hombres es un jefe poderoso, pero cuando éstos le abandonan se ve más débil. Así es también para cada cuerpo. Los que pueden nutrir muchísimas almas ésos son los más fuertes, y a medida que éstas les abandonan son más débiles[33].

[**26**] Lo que penetra en otro terreno no se desarrolla, tan sólo lo que penetra en la mujer se desarrolla si encuentra las condiciones favorables. Entonces todos sus miembros se distinguen y se desarrollan a la vez, y ninguno con anterioridad o retraso sobre otro[34]. Los mayores por su condición natural se hacen visibles antes que los menores, sin haber nacido antes ninguno.

No todos los seres se estructuran en el mismo tiempo, sino que unos van más deprisa y otros más despacio, según como consiga cada uno el fuego y la nutrición. El caso es que algunos alcanzan a ser visibles a los cuarenta días, lo otros a los dos meses, y los otros a los cuatro. Y del mismo modo llegan al nacimiento: unos más aprisa, a los siete meses, completamente formados, y los otros, más lentamente, a los nueve meses se muestran a la luz por completo con la composición que mantendrán a lo largo de su vida.

[**27**] Con que machos y hembras se originan regularmente, en lo posible, de este modo. Las hembras, que son más afines al agua, se desarrollan a partir de comidas, bebidas y hábitos fríos, húmedos y blandos; los machos, más próximos al fuego, de los alimentos secos y cálidos y de una dieta semejante. De modo que si se quiere engendrar una hembra hay que adoptar un régimen afín al agua, y, si un varón, hay que mantener una pauta afín al fuego. No sólo al hombre le conviene hacerlo, sino también a la mujer.

Porque lo que se desarrolla no es sólo ⟨el germen⟩ segregado por el hombre, sino también el de la mujer, por lo siguiente[35]. Ninguna de las dos partes tiene de por sí suficiente movimiento a causa de la abundancia de lo húmedo y por la debilidad del fuego para consumir el flujo y volverlo sólido. Pero cuando ambos ⟨gérmenes⟩ se encuentran convergiendo en un mismo lugar, se suman uno al otro, el fuego con el fuego y el agua con el agua del mismo modo. Si entonces han caído en lugar seco, se produce el movimiento y el fuego domina al agua confluyente, y desde este encuentro se desarrolla el fuego, hasta el punto de no ser apagado por el flujo que sobreviene, sino que resiste su avance y lo solidifica sobre la base ya formada. Pero si caen en húmedo, enseguida desde un comienzo ⟨ambos gérmenes⟩ se apagan y se disuelven en el proceso de mengua.

Sólo en un día de cada mes pueden solidificarse unidos y dominar los flujos que les sobrevienen, y eso siem-pre que resulte que han convergido en un mismo lugar al mismo tiempo desde ambos lados[36].

[**28**] Pueden cohesionarse mutuamente lo femenino y lo masculino porque en uno y otro de los progenitores se nutren uno y otro[37] y porque el alma es lo mismo en todos los seres vivientes, aunque el cuerpo de cada uno sea diferente. En efecto el alma siempre es idéntica, tanto en el más grande como en el más pequeño; porque no se altera ni por su condición natural ni por presiones, en tanto que el cuerpo nunca es el mismo, ni por naturaleza ni a la fuerza, ya que algo de él se disgrega en todo y algo se mezcla con todo.

En el caso de que las partes segregadas por ambos progenitores sean masculinas, se desarrollarán según su fundamento, y de ellas nacerán hombres brillantes por su espíritu y fuertes de cuerpo, con tal de que no les perjudique su régimen de vida posterior[38]. En el caso de que lo procedente del hombre sea masculino, y lo de la mujer femenino, y que se imponga lo masculino, el alma más débil se funde con la más fuerte, ya que no tiene adónde retirarse que le sea más apropiado en lo que está a su alcance. Pues lo menor se dirige a lo mayor y lo mayor converge con lo menor. Y juntamente dominan lo que tienen a su disposición. El cuerpo varonil se desarrolla, en tanto que lo femenino disminuye y se aleja en pos de otra suerte. Y esos individuos son menos brillantes que los anteriores; sin embargo, al im-ponerse lo masculino proveniente del hombre, son varoniles y reciben con justicia tal apelación.

Pero si lo masculino proviene de la mujer y lo femenino del hombre, y se impone lo masculino, esto se desarrolla del mismo modo que lo de antes, mientras que lo femenino mengua. Los que nacen sobre esta base son afeminados, y se les llama así con razón. Estas tres son, pues, las maneras de formarse los hombres, que se distinguen en que lo son más o menos ⟨hombres⟩, por la combinación del agua y del fuego, de sus elementos y sus alimentos, crianzas y usos. Me explicaré al avanzar el tratado también sobre estos puntos.

El ser femenino se origina de la misma manera. [**29**] Cuando lo femenino se segrega de ambos progenitores, nacen las hembras muy femeninas y muy hermosas. Si lo femenino proviene de la mujer, y lo masculino del varón, y se impone lo femenino, resultan unas mujeres más bravas que las anteriores, pero también éstas son moderadas. Mas cuando lo femenino viene del varón, y lo masculino de la mujer, y domina lo femenino, éste se desarrolla según el mismo modo, pero de ahí salen unas mujeres más bravas que las anteriores y las llaman masculinas.

Si alguno no cree que el alma se fusiona con el alma, que observe los carbones[39].

¿Acaso al echar los no encendidos a los ya ardientes, fuertes sobre débiles, y darles así el alimento, no forman todos un cuerpo homogéneo? Y allí no puede distinguirse uno de otro, sino que se inflaman en un mismo montón, y el conjunto es semejante al final. Y cuando se han gastado el alimento de que disponían se disuelven en lo invisible; eso es lo que sufre también el alma humana.

[**30**] Acerca del nacimiento de gemelos la explicación lo aclarará del siguiente modo: en lo fundamental la causa está en la matriz de la mujer[40]. Pues si a uno y a otro lado del orificio de entrada ambos costados se han desarrollado por igual, y están receptivos de igual manera, y se han secado tras la menstruación, resulta capaz de dar nutrición a las simientes que recibe del hombre, en caso de que se escindan a ambos lados de la matriz por igual. Si la simiente es abundante, pues, por parte de ambos progenitores y se desprende fuerte, puede desarrollarse a ambos costados, porque consigue la nutrición conveniente. En otro caso no nacen gemelos.

Cuando lo segregado por ambos progenitores es masculino, resulta forzoso que se origine un varón en ambos costados, y cuando es femenino, de uno y de otro, que nazcan hembras. Y cuando uno es femenino, y otro masculino, aquel de los dos que se impone, ese sexo se desarrolla. Los gemelos nacen parecidos entre sí por estas razones: en primer lugar, porque se desarrollan en idénticos lugares; luego, que ambos han sido segregados al mismo tiempo; luego, que se desarrollan con los mismos alimentos, y que salen conjuntamente en el parto a la luz.

[**31**] La superfetación resulta del modo siguiente: cuando la matriz está cálida y seca naturalmente, y lo mismo la mujer, y el esperma llega seco y cálido, no hay ya en la matriz ninguna humedad que domine la simiente que allí cae. Por eso desde un comienzo ésta se consolida y vive, pero no puede perdurar, sino que incluso viene a destruir el embrión ya existente, porque no les sirven a ambos las mismas cosas.

[**32**] El agua más ligera y el fuego más suave, al conseguir su combinación en el cuerpo humano, dan como resultado la constitución más saludable por los motivos siguientes: en las mayores variaciones de las estaciones del año ni la una ni el otro se condensan hasta su extremo, ni el agua llega a lo más denso en los aflujos del agua, ni el fuego en los del fuego, ni en los cambios de las edades ni con los usos de comidas y bebidas. Pues ambos ⟨tal agua y tal fuego⟩ pueden admitir muy colmada generación y plenitud. El bronce más dúctil y suave admite la mezcla más firme y resulta el más bello. Y el agua más ligera y el fuego más suave al entrar en combinación resultan del mismo modo. Así que los que tienen esa constitución natural viven en estado saludable todo el tiempo, hasta los cuarenta años, y algunos hasta la extrema vejez. Y a aquellos a los que

les ataca alguna enfermedad después de los cuarenta años, no suelen morir.

Todos los cuerpos que tienen una combinación del fuego más fuerte y del agua más densa son fuertes y vigorosos, pero requieren mucho cuidado. Pues tienen muchos cambios en uno y otro sentido, y tanto en los aflujos del agua caen en dolencias enfermizas como en los del fuego, de un modo semejante. A tal individuo, para enfrentarse a las estaciones del año, le conviene utilizar un régimen de vida afín al fuego, al sobrevenir el aflujo del agua, y cuando sea el aflujo del fuego utilizar un régimen dietético afín al agua, variándolo paulatinamente de acuerdo con la estación.

Cuando el agua más espesa y el fuego más ligero se encuentran combinados en un cuerpo, se dan tales efectos que hay que diagnosticar una naturaleza fría y húmeda. Estos cuerpos son más enfermizos en invierno que en verano, en la primavera que en otoño. Respecto de las edades, los más sanos son los niños; en segundo lugar, los adolescentes; y muy enfermizos son los más viejos y los de edades próximas. Y estas naturalezas envejecen rápido. A éstos les conviene mantener una dieta de todo aquello que calienta y seca, tanto en alimentos como con ejercicios, y realizar los ejercicios que afectan al exterior del cuerpo más que al interior.

Si el fuego más húmedo y el agua más densa logran su combinación en el cuerpo, hay que reconocer una naturaleza húmeda y cálida por los siguientes síntomas: tales personas enferman sobre todo en primavera, y muy raramente en otoño, porque en la primavera hay un exceso de la humedad, y en el otoño una justa proporción de sequedad. De sus edades la más enfermiza es la juventud. Los cuerpos se desarrollan deprisa y están propensos a los catarros. Les conviene llevar una dieta de aquello que enfría y seca, tanto de comidas y bebidas como de ejercicios, y en cuanto a estos ejercicios físicos les conviene más realizar los que afectan al interior del cuerpo.

Si se combinan el fuego más fuerte y el agua más ligera, la naturaleza será seca y cálida. En estos individuos la enfermedad se presenta durante los aflujos del fuego, y la salud en los del agua. Cuando están en su edad de plenitud, en la buena disposición de su carne, son más propensos a las enfermedades, y los más sanos son los viejos, y de igual modo en las edades próximas a una y otra. Les convienen dietas que enfrían y humedecen, y aquellos ejercicios físicos que, calentando y consumiendo un mínimo, procuren muchísimo refresco. Los de tal condición natural son de larga vida y logran una bella vejez.

Si se da una combinación del fuego más suave y del agua más seca, la naturaleza resultante es fría y seca, enfermiza en el otoño, saludable en primavera, y se comporta de ese modo en las épocas cercanas a una y otra estación. Su edad enfermiza es en torno

a los cuarenta años, y los más sanos son los niños. De modo parecido sucede en las cercanías de uno y otro período. Las dietas (que le convienen) son las que siendo cálidas humedecen, y ejercicios que, adoptándose paulatinamente, calientan con suavidad, sin consumir mucho de las reservas naturales.

Así que acerca del diagnóstico de la naturaleza humana esto es lo que hay que discernir al considerar la constitución fundamental[41].

En cuanto a las edades, por sí mismas presentan las [**33**] siguientes características[42]. El niño está formado con una combinación de elementos húmedos y cálidos, porque está compuesto por ellos y con ellos se desarrolla. En efecto, lo que está muy próximo al nacimiento es muy húmedo y muy cálido, y crece al máximo, y de igual manera lo que está más cercano. El joven es una mezcla de elementos cálidos y secos, cálidos porque la aportación de fuego se impone sobre el agua; y secos porque la humedad de la infancia ya se ha consumido, una parte gastada en el crecimiento del cuerpo, otra en el movimiento del fuego, y en parte por los ejercicios físicos. El hombre, cuando su cuerpo detiene su crecimiento, es seco y frío, porque el fluir de lo cálido ya no se impone, sino que queda detenido, y al aquietarse el cuerpo en su crecimiento se queda enfriado. Pero aún le resta lo seco de la edad anterior, y aún no tiene la humedad de la edad siguiente y del aflujo de agua ⟨de la vejez⟩, y por eso está dominado por elementos secos. Los viejos son fríos y húmedos, a causa de la retirada del fuego, y del aflujo del agua, es decir, distanciamiento de lo seco y constitución de lo húmedo.

En todos los seres vivos los machos son más cálidos [**34**] y secos, y las hembras más húmedas y frías por los mo-tivos siguientes. Desde un comienzo cada uno ⟨de los sexos⟨ se originó con tales caracteres y se desarrolla gracias a ellos, y tras el nacimiento los machos se sirven de unos hábitos de vida más esforzados, de manera que se calientan y se secan, mientras que las mujeres llevan un régimen de vida más húmedo y más tranquilo, y llevan a cabo una eliminación del calor de su cuerpo cada mes.

[**35**] A propósito de la llamada inteligencia del alma y de la necedad sucede lo siguiente. El fuego más húmedo y el agua más seca al lograr su combinación en un cuerpo consiguen su mayor inteligencia, ya que el fuego retiene del agua la humedad y el agua del fuego la sequedad[43]. Cada uno de ambos es así de lo más autosuficiente. Ni el fuego muy necesitado de alimento va a buscarlo lejos, ni el agua falta de movimiento se queda inerte. Así que cada uno es muy autosuficiente tanto solo frente al otro como en la mezcla con él. Pues lo que menos necesita de sus circunstancias, eso se aplica más y mejor a lo presente, el fuego que se mueve mínimamente a no ser por obligación, y el agua que se mueve lo más posible no siendo retenida por la fuerza. El alma que tiene la

combinación de estos elementos es la más sensata y la más memoriosa. Y si por algún influjo cualquiera de éstos creciera en exceso o se agostara, resultaría la más estúpida[44], porque es, con estas cualidades, de lo más autosuficiente.

Si se da una combinación del fuego más puro y del agua ⟨la más pura⟩, y el fuego resulta ser algo inferior al agua, también salen individuos inteligentes, pero inferiores a los de antes, ya que al ser dominado el fuego por el agua y al hacerse lento su movimiento, se dirige más torpemente hacia las sensaciones. Son considerablemente constantes tales almas en lo que se aplican. Y si se sigue una dieta correcta, puede ⟨el tal individuo⟩ resultar más inteligente y agudo de lo que prometía su natural[45]. Le conviene a éste utilizar los tratamientos afines al fuego, sin hartazgos ni de comidas ni de bebidas. Por lo tanto le conviene practicar carreras de velocidad, para que el cuerpo se vacíe de lo húmedo y que lo húmedo se condense más pronto. Luchas, friegas, y ejercicios gimnásticos semejantes no le conviene practicar, para que los poros no se hagan más amplios y se colmen de exceso, pues en ese caso sería fatal que el movimiento del alma se hiciera pesado. Conviene dar paseos, tanto después de comer como de mañana y después de las carreras. Después de comer, para que el alma reciba un alimento más seco que los alimentos ingeridos; de mañana, para que los conductos se vacíen de humedad, y no se obstruyan los poros del alma; tras los ejercicios físicos, a fin de que las secreciones producidas por la carrera no se queden en el cuerpo, ni se mezclen al alma, ni obstruyan los conductos ni se altere el alimento. Y conviene recurrir a los vómitos para purificar el cuerpo, en caso de que los esfuerzos físicos lo hagan insuficientemente, y tomar alimento tras los vómitos aumentándolo poco a poco durante cuatro días al menos, o más. Es más conveniente tomar friegas que baños, y tener trato sexual con más frecuencia al producirse los flujos de agua, y con menor frecuencia en los del fuego.

Si en uno se presenta la potencia del fuego inferior a la del agua, forzosamente su alma será más lenta, y éstos son los que llaman bobos. Al ser, por tanto, lento el movimiento circular del alma, en un breve punto la alcanzan las sensaciones, que son rápidas, y en poco se mezclan a causa de la lentitud del movimiento circular. Pues las sensaciones del alma, las que vienen por la vista o el oído son rápidas, y las del tacto más lentas y más fáciles de aprehender. Por eso tales individuos perciben éstas no menos que las demás personas, es decir las de frío, calor y otras por el estilo. Pero todas aquellas que hay que percibir por la vista o el oído, que no se saben de antemano, no son capaces de captarlas. Pues si el alma no es agitada por el fuego que la impulsa, no puede percibir qué sucede.

Tales almas no lo experimentan por su tosquedad. Pero si siguen un buen régimen,

también éstos pueden mejorarse. Les conviene un tratamiento como el del caso anterior, con los alimentos más secos y en menor cantidad, y con ejercicios más abundantes y más vivos. También les conviene tomar baños de vapor, y tener vómitos después de estos baños, con un aumento de la alimentación tras los vómitos en un período más largo que en el caso anterior. Y si se hace esto puede mejorar su salud y su inteligencia.

Si en mayor medida resulta dominado el fuego por el agua presente, tenemos esos individuos que llaman necios unos y otros idiotas. La locura de éstos deriva a una mayor torpeza y lentitud. Éstos lloran sin ningún motivo, temen lo que no es terrible, se duelen de lo que no es penoso, y no perciben en realidad nada de lo que deben percibir los sensatos. Les conviene tomar baños de vapor y purgarse a fondo con eléboro[46] después de los baños, y seguir la dieta recomendada en el caso anterior. Necesitan delgadez y sequedad.

Si el agua obtiene una potencia inferior a la del fuego que ofrece una combinación pura, en los cuerpos con buena salud el alma de esta clase es inteligente y percibe prontamente lo que le afecta, y no ofrece muchas alteraciones. Por tanto la naturaleza de esta clase es de un alma buena. Pero también este individuo puede hacerse mejor con una dieta correcta, y peor con una mala. A éste le conviene un régimen de vida más bien afín al agua, evitando los excesos de comidas, bebidas y ejercicios, y con carreras de fondo y *díaulos* y lucha de palestra y todos los demás ejercicios gimnásticos, haciéndolos sin ningún exceso. Pues si conserva su cuerpo en disposición saludable y no está alterado por nada, la combinación de su alma es inteligente.

Si la potencia del agua está aún más dominada por el fuego, es forzoso que esta alma sea más vivaz en tanto en cuanto se mueve más deprisa, y que atiende más deprisa a las sensaciones, pero que sea menos estable que las anteriores, puesto que selecciona más deprisa los datos que se le presentan y se dirige hacia más objetos por su rapidez. A éste le conviene un régimen dietético más afín al agua que en el caso anterior; y tomar pan de cebada más que de trigo, y mejor pescados que carnes, y una bebida más aguada, y tener menos relaciones sexuales; y en los ejercicios físicos servirse sobre todo de los naturales y en gran número, y de los violentos servirse sólo en caso de necesidad, y pocos. Y de vómitos sólo tras los hartazgos, para que se vacíe el cuerpo, pero que se caliente lo mínimo. A estos tipos les conviene ser flacos para ser inteligentes, pues de la abundancia de carnes es fatal que se origine una inflamación en la sangre. Y cuando esto le ocurre a un alma semejante, se instala en la locura, al quedar dominada el agua y extendido el fuego. Les conviene a éstos dedicarse a sus ocupaciones después de haber comido más que en ayunas, ya que su alma está más asentada al estar impregnada de la

alimentación conveniente que al estar falta de alimento.

Si aún más el agua está dominada por el fuego, semejante alma es demasiado vivaz y es forzoso que tenga pesadillas. A éstos los llaman maniáticos, puesto que están muy próximos a la locura. Pues con una inflamación corta y a destiempo enloquecen, ya sea en momentos de embriaguez o de abundancia de carne o en una comilona de carne. Por tanto un individuo de este tipo debe abstenerse de todo eso y de cualquier otro hartazgo, y de los ejercicios gimnásticos violentos; debe consumir pan de cebada de harina gruesa, y verduras hervidas, a excepción de las laxantes, y pequeños pescados en salmuera; y lo mejor es que beba agua, si lo soporta, y si no, lo más parecido a esto, a base de un vino blanco y suave. Además muchos paseos matinales, y después de comer sólo para mantenerse en pie, a fin de que los alimentos no se sequen con estos paseos de después de la comida, y que el cuerpo se vacíe por la mañana. Y tomar baños completos de agua tibia mejor que darse unciones. Les conviene también en verano recurrir a siestas cortas durante el día, no muchas, de modo que el cuerpo no se deseque por causa de la estación. Es provechoso en primavera que se purguen con eléboro después de haber tomado baños de vapor, y luego recurrir a una dieta sedante, y tampoco este individuo debe dedicarse a sus trabajos en ayunas. Con estos cuidados el alma de este tipo puede ser la más inteligente.

[**36**] Con que acerca del alma, de que sea inteligente o insensata, la causa es esta combinación, como queda aquí descrito por mí. Y mediante la dieta puede hacerse mejor o peor. Cuando domina el fuego en sus cursos, tal vez es posible aumentar el agua, y cuando domina el agua en la combinación acrecer el fuego. Con esto se hacen las almas más inteligentes o más insensatas[47]

De los siguientes caracteres no es causa la combinación dicha: el irascible, el indolente, el artero, el simple, el malévolo, el benévolo. De todos éstos la causa está en la naturaleza de los poros a través de los que se mueve el alma. Pues según cómo sean los conductos por los que el alma circula y a los que el alma se lanza y en los que se mezcla, así se forma el carácter. Por eso no es posible variar tales disposiciones mediante la dieta, porque no es posible moldear de nuevo una naturaleza oculta.

De igual modo también de cómo sea la voz son causantes los pasos[48] por donde se mueve el aire respirado. Según cómo sean aquellos por los que el aire se mueve y a los que el aire encuentra, tal será forzosamente la voz. Y a ésta es posible volverla mejor o peor porque se pueden hacer más suaves o más ásperos los pasos del aire inspirado, pero lo anterior es imposible cambiarlo mediante la dieta.

LIBRO II

La situación de las regiones y la naturaleza de cada [**37**] una hay que considerarla del modo siguiente[49]. En ge-neral puede decirse esto: la que está en zona meridional es más cálida y seca que la situada hacia el norte, ya que está más cerca del sol. En estas regiones es necesario que tanto las razas de los humanos como los vegetales de su suelo sean más secos, más cálidos y más fuertes que los de los países contrarios. Así, por ejemplo, la raza de Libia en comparación con la del Ponto y las más próximas a una y a otra.

Consideradas en sí mismas las regiones se presentan así: las altas y áridas y situadas hacia el mediodía son más secas que los llanos con la misma orientación, porque tienen menos humedad, ya que aquéllas no pueden retener el agua de lluvia, y éstos sí pueden. Las lacustres y pantanosas humedecen y calientan. Recogen calor, porque son cóncavas, están abrigadas y no las baten los vientos. Humedecen porque las plantas de su suelo —de las que se nutren los hombres— son más húmedas, y el aire que respiramos es más denso a causa del agua en su estancamiento.

Los valles que no tienen tales aguas resecan y caldean. Caldean porque son cóncavos y están protegidos; y resecan a causa de la sequedad de los alimentos, y porque el aire que respiramos, siendo seco, atrae la humedad de los cuerpos para su propio alimento, no teniendo nada más húmedo a su disposición como nutrición. Cuando en tales regiones los montes están orientados hacia el sur, soplan en ellas los vientos del sur abrasadores e insalubres. Pero cuando los montes están orientados al norte, los soplos del Bóreas acarrean perturbaciones y producen enfermedades.

Cuando estos valles orientados al norte están vecinos a los poblados, o bien tienen enfrente una isla en el mar, esa región resulta cálida y enfermiza, ya que ni el Bóreas soplando ofrece una aportación de viento saludable ni se refresca con los vientos veraniegos.

En cuanto a las islas, las cercanas a la tierra firme son de inviernos más duros, y las situadas en alta mar tienen más caldeado el invierno, ya que las nieves y hielos quedan retenidos en la tierra continental y de allí envían los vientos fríos a las islas cercanas, mientras que las de alta mar no tienen tal demora ⟨de nieves y hielos⟩ en el invierno.

Acerca de los vientos, de cuál es la naturaleza y la [**38**] potencia que presenta cada uno, hay que distinguirlas del modo siguiente. Todos los vientos tienen la capacidad natural de humedecer y enfriar los cuerpos de los animales y las plantas por estas razones: forzosamente esos vientos soplan desde la nieve y el hielo, de terrenos helados,

de ríos y lagos y de un suelo húmedo y frío. Y los más fuertes vientos proceden de condiciones más fuertes y más potentes, los más débiles de condiciones menos duras y más débiles. Así pues como hay aire en el interior de los animales[50], así también lo hay en todos los demás seres, en unos menos y otros más, según su tamaño. Por naturaleza, pues, todos los vientos pueden enfriar y humedecer. Pero según la disposición de las regiones y lugares a través de los que se originan los vientos en cada terreno, resultan diferentes unos de otros: más fríos, más cálidos, más secos, más húmedos, más enfermizos, más saludables.

Respecto a la causa de cada uno hay que conocer lo siguiente: el Bóreas sopla frío y húmedo, porque proviene de tales regiones y discurre por lugares tales que el sol no los alcanza y no les sorbe la humedad, desecando el aire de modo que ⟨el viento⟩ llega a la tierra habitada conservando su potencia propia, siempre que la disposición de la región no la destruya.

Y para los que habitan muy cerca resulta muy frío, y mucho menos para los que habitan mucho más lejos.

El viento del sur sopla desde lugares semejantes por su naturaleza a los del viento norte. Pues soplando desde el polo sur, surgiendo de la abundante nieve, el hielo y las zonas duramente congeladas, forzosamente será para los que habitan por allí cerca de éste tal cual es para nosotros el Bóreas. Pero no llega igual a cualquier región. Porque al soplar a través de los accesos del sol y a través de la zona meridional su humedad es absorbida por el sol. Al desecarse se hace más ligero, por lo que necesariamente llega aquí seco y cálido[51].

En las zonas de muy cerca necesariamente desarrolla tal potencia, cálida y seca, como la que muestra en Libia: abrasa las plantas y, sin que se advierta, deseca a los humanos. Puesto que, en efecto, no puede absorber humedad ni de la mar ni de un río, sorbe lo húmedo de los hombres y de las plantas del todo. Y cuando cruza el mar, como es cálido y ligero, colma de hume-dad abundante la región a la que aboca. Fatalmente el Noto es cálido y húmedo, de no ser que las posiciones de los terrenos sean causas ⟨de otra cosa⟩. De un modo semejante se presentan las cualidades de los otros vientos.

Según cada una de las regiones los vientos son del modo siguiente. Los vientos que desde el mar van hacia las tierras, o bien desde la nieve, los hielos, o las lagunas o los ríos, todos humedecen y refrescan tanto a vegetales como a animales, y procuran salud a los cuerpos, siempre que no se excedan en su frialdad. Entonces éstos causan daños, porque producen grandes cambios de calor y de frío en los cuerpos. Esto lo sufren quienes habitan en terrenos pantanosos y cálidos cerca de fuertes ríos. Pero los otros

vientos que soplan desde los lugares antedichos son beneficiosos, al aportar el aire puro y sereno y ofrecer humedad al principio cálido del alma.

Todos los vientos que soplan hacia el interior de la tierra son necesariamente más secos, porque se van desecando a causa del sol y del suelo. No pudiendo extraer su nutrición de otra parte, los vientos atraen lo húmedo de los seres vivos, y dañan tanto a las plantas como a los demás seres vivos. Y todos los que por encima de las montañas llegan a las poblaciones, no sólo desecan, sino que además perturban el aire que respiramos, y también los cuerpos de los humanos, de manera que producen dolencias. Con que hay que distinguir la naturaleza y la potencia de cada uno de ese modo; y cómo hay que precaverse ante cada uno de ellos lo indicaré al avanzar en el tratado.

De alimentos y bebidas hay que distinguir la cualidad [**39**] fundamental de cada uno, sea natural o bien artificial, de esta manera siguiente. Todos cuantos han intentado expresarse de modo general acerca de la cualidad básica de las cosas dulces o saladas o grasas o sobre alguna otra sustancia del mismo tipo, no andan bien informados[52] Porque no tienen la misma cualidad unas que otras todas las cosas dulces, ni las grasientas, ni ninguna de las demás por el estilo. Pues muchas cosas dulces son laxantes, y otras son astringentes, unas desecan y otras humedecen. De igual modo sucede con todas las demás. Hay algunas que son astringentes y otras laxantes, unas son diuréticas y otras nada de eso. De igual modo sucede con las cosas que rescaldan y las demás semejantes: tiene una una cualidad y otra tiene otra. Así que no es posible acerca de todas en conjunto demostrar que son de tal o cual manera. De cada una en particular yo enseñaré la cualidad que posee.

La cebada es por naturaleza algo frío y húmedo, y [**40**] deseca. Contiene también algo purgativo procedente del jugo de la cáscara. La prueba es que si quieres hervir los granos de cebada sin mondar, el zumo resulta fuertemente purgativo. En cambio, si la mondas, ⟨el zumo⟩ es, más bien, refrescante y astringente.

Pero cuando la tuestas, lo húmedo y purgativo desaparece por efecto del fuego, y lo restante es frío y seco. En cuantas ocasiones haya que refrescar y desecar, la harina de cebada puede lograrlo así, usándola en cualquier tipo de masa. Tal es la efectividad que tiene el pan de cebada. Las harinas no bien cribadas dan menos alimento, pero son más laxantes. Las puras son más alimenticias y menos laxantes. El pan de harina amasado de antemano, humedecido, basto, resulta ligero, y es laxante y refresca. Refresca porque se humedeció con agua fría, es laxante porque se digiere pronto, y ligero porque una gran parte del alimento se separa y se expulsa con el aire respirado. Pues como los conductos son muy angostos para tal alimento al sobrevenir más no pueden aceptarlo, y una parte,

que se ha aligerado, la expulsan con el aliento, y otra, al quedar dentro, produce flatos. Y ésta es ya expulsada por arriba en eructos, ya por abajo con las heces. Así que una gran parte del alimento se pierde fuera del cuerpo.

Pero si te propones dar el pan de cebada apenas recién amasado, esa masa resulta astringente; ya que, al estar seca la harina y no habiéndose aún impregnado de agua, al caer en el vientre atrae la humedad de éste, que está caliente. Pues resulta por naturaleza que lo caliente atrae lo frío, y lo frío lo caliente. Y al consumirse la humedad del vientre es forzoso que éste se reseque, y que por el agua que ha penetrado junto con la masa de cebada lo que allí está se enfríe. Con que en todos los casos en que conviene refrescar o desecar a uno que está con diarrea o con alguna otra inflamación, un pan de este tipo actuará eficazmente.

En cambio, un pan seco, de harinas bien molidas, no es tan astringente al estar muy condensado, pero da más alimento al cuerpo, ya que los conductos acogen el alimento que se disuelve tranquilamente. De modo que hace su recorrido lentamente, pero sin producir gases ni eructos. El pan de cebada bien molido, amasado con anterioridad, alimenta menos, es más laxante y produce más gases.

[**41**] El *ciceṓn*[53] hecho con harinas de cebada sólo con agua enfría y alimenta, y con vino alimenta, calienta y es astringente; con miel calienta menos y alimenta, y es más laxante, siempre que la miel no sea pura; en ese caso, es astringente. Con leche, todos los ciceones son alimenticios, pero si la leche es de vaca[54] es astringente, y si es de cabra mas bien laxante, mientras que el de leche de oveja lo es menos, y resulta más laxante con leche de yegua o de burra.

[**42**] Los trigos son más fuertes y más alimenticios que las cebadas, pero menos laxantes, y lo mismo su jugo. El pan basto reseca y es laxante, el blanco alimenta más, pero es menos laxante. Entre los tipos de panes el que tiene levadura es ligero y laxante; ligero, porque la humedad la consume el ácido de la levadura, a la que sirve de alimento; y es laxante porque pronto es digerido. El pan sin levadura (ácimo) es menos laxante y más nutritivo. El que está amasado con su zumo es muy ligero, pero suficientemente nutritivo, y resulta laxante. Alimenta porque es blanco, pero es ligero porque está amasado con una sustancia muy ligera y tiene de ella su levadura y está cocido al fuego. Resulta laxante porque lo suave y laxante del trigo se le mantiene agregado.

En cuanto a los panes mismos, los más nutritivos son los más grandes, porque su humedad queda menos consumida por el fuego. Y los horneados son más nutritivos que los cocidos sobre el hogar o con un asador, ya que están menos abrasados por el fuego. Los cocidos en el *clíbano*[55] o bajo las cenizas son los más secos; los segundos por la

ceniza, los otros a causa del barro cocido que absorbe la humedad. Los hechos con la flor de la harina son los más fuertes de todos ellos, y aún más los de la flor del grano, y son muy nutritivos, si bien no son igualmente laxantes.

La harina pura, embebida de agua además, refresca, como la infusión de ese agua pasada por el fuego. Una infusión hervida de esas harinas bastas resulta ligera y laxativa. Las harinas hervidas en leche son más laxantes que las hervidas en agua, a causa del suero, y sobre todo en el caso de las ⟨leches⟩ laxantes. Todas aquellas harinas que se cuecen o se tuestan con miel o aceite calientan y provocan eructos; son provocadoras de eructos porque siendo alimenticias no son de fácil digestión, y son caloríferas porque contienen en la misma sustancia grasas y materias dulces mal avenidas entre sí que reclaman una cocción distinta. La flor de la harina y el grano, hervidos, son fuertes y sustanciosos, pero no laxantes.

La espelta es más ligera que el trigo, y los derivados [**43**] de ella son parecidos a los del trigo, pero más laxantes. La avena humedece y refresca, tanto si se come como si se bebe en un caldo.

[**44**] Las harinas de cebada y de trigo recién cocidas son más secas que las viejas, por estar más cercanas al fuego y a la preparación. Cuando envejecen, lo cálido se evapora y lo frío penetra en ellas. Los panes calientes resecan, los fríos menos, y aún menos los del día pasado, y provocan una cierta delgadez.

[**45**] Las habas son algo sustancioso, pesado y flatulento. Flatulento porque los conductos no pueden acoger el alimento que les llega en masa, y pesado porque tiene pocos residuos en su nutrición. Los guisantes dan menos gases, y son más digestivos. Los blanquecinos y los alargados son más laxantes que los otros, y menos flatulentos, siendo nutritivos. Los garbanzos blancos son laxantes, diuréticos y nutritivos; su parte carnosa alimenta, la dulce es diurética, y la salada resulta laxante. El mijo —en grano o en salvado— es seco y astringente. Junto con los higos es fuerte para los que trabajan. El mijo solo, hervido, es nutritivo, pero no se digiere fácilmente. Las lentejas producen calores y perturbaciones, sin ser laxantes ni astringentes. La arveja es pesada y fuerte; engorda y llena y da al hombre buen color. El grano del lino es nutritivo y astringente; y tiene algo de refrescante también.

Las semillas de salvia tienen efectos muy parecidos. La almorta es por naturaleza algo fuerte y cálido, pero mediante la preparación resulta más ligera y refrescante y es laxante. El jaramago humedece y es laxante. La semilla de pepino actúa más de diurético que de laxante. El sésamo no lavado es laxante, llena y engorda; resulta laxante a causa de la cáscara externa, y llena y engorda por su parte carnosa. Lavado es menos laxante,

pero llena y engorda más; y seca y abrasa a causa de su sustancia grasa y oleaginosa. El cártamo es laxante. La amapola es astringente, sobre todo la negra, pero también la blanca. Sin embargo, es nutritiva y fuerte. Los jugos de todas estas plantas son más laxantes que sus granos. Por lo tanto hay que cuidar en la preparación, en todos los casos en que quieras resecar, de extraerles el zumo y utilizar sólo la pulpa; y en los que quieras purgar aprovechar más el zumo y menos la pulpa, y ésta más jugosa.

Acerca de los animales que comemos conviene hacer [**46**] las siguientes precisiones. La carne de bovino es fuerte, astringente y de difícil digestión para el estómago, ya que este animal es de sangre densa y abundante. Así que sus carnes son pesadas para el cuerpo, y tanto la carne misma como la leche y la sangre. En cambio la leche de oveja es ligera e igualmente la sangre, y la carne por el estilo. La carne de cabra es más ligera que las anteriores y es más laxante.

Las carnes de cerdo dan al cuerpo más fuerza que ésas, y son bastante laxantes, porque ⟨el cerdo⟩ tiene las venas finas y con poca sangre, y mucha carne. La carne de cordero es más ligera que la de oveja, y la de cabrito más que la de cabra, ya que son menos sangrientas y más húmedas. Porque incluso los animales que son secos y fuertes por naturaleza, cuando son tiernos, son laxantes, y cuando crecen lo son menos.

Y de igual modo las de ternera en relación con las de vaca. Pero las de cochinillo son más pesadas que las de cerdo, pues por naturaleza este animal es abundante en carne y de poca sangre, y tiene un exceso de humedad mientras es joven. Así que, cuando los poros no aceptan la nutrición que les llega, ésta queda retenida, calienta y perturba el intestino. Las carnes de asno son laxantes, y la de los asnillos aún más, y también las de los caballos, aún más ligeras. Las de perro resecan y calientan y dan vigor, pero no son laxantes. La de los cachorros humedece y es laxante y más diurética. La de jabalí reseca y da fuerza y es laxante. La de ciervo reseca, es menos laxante, y es más diurética. La de liebre es seca y astringente, y produce alguna orina. La de zorro es más húmeda, y también diurética. También la de erizo terrestre es diurética y humedece.

[**47**] En cuanto a las aves, pasa lo siguiente. En general todas son más secas que las de los cuadrúpedos. Pues todos los animales que no tienen vesícula carecen de orina y de saliva, ya que a causa del calor del vientre se consume la humedad procedente del cuerpo en el alimento para el elemento cálido, de modo que no tienen orina ni saliva. Y en quien está falto de tal humedad, es forzoso que la carne sea seca. La más seca es la de la paloma torcaz, en segundo lugar la de la perdiz, y en tercero las de la paloma, la gallina y la tórtola. La más húmeda es la de la oca. Las que se nutren de granos son más secas que las otras. Las carnes de pato y de las demás aves que viven en los pantanos o sobre

las aguas son todas húmedas.

[**48**] De los pescados los más secos son éstos: la escorpena, el «dragón», el «calíónimo», el salmonete, el «glauco», la perca, el sábalo. Los peces de roca son casi todos ligeros, como, p. ej., el tordo marino, el merlo, el gobio, y el «elefitis». Estos peces son más ligeros que los que son viajeros, porque al estar tranquilos presentan una carne suave y ligera. En cambio, los que van errantes y batidos por las olas, fortalecidos por el esfuerzo, tienen una carne más firme y pesada. Rayas, angelotes, platijas y los semejantes son ligeros. Cuantos tienen su alimento en lugares fangosos o pantanosos, como róbalos, mújoles, anguilas, esos peces son más pesados, porque encuentran su alimentación entre el agua fangosa y lo que crece en tales lugares, de donde incluso el aire respirado que un hombre inhala le daña y le abotarga.

Los peces de río y de laguna son aún más pesados que éstos. Los pulpos, las sepias y los de especie semejante ni son ligeros, según parece, ni laxantes, y debilitan la vista; en cambio los caldos hechos con ellos son laxantes. En cuanto a los moluscos, por ejemplo, las ostraperlas, lapas, púrpuras, bocinas, y ostras, su pulpa es astringente, mientras que su caldo es laxante. Los mejillones, las pechinas, y las telinas son más laxantes que los anteriores, y lo son sobre todo las ortigas de mar. Los peces cartilaginosos hidratan y son laxantes. Los huevos de erizos y el jugo de langosta son laxantes, como el «arkos», y también los cangrejos, sobre todo los de río, pero también los marinos, y son diuréticos.

Los pescados en salmuera hacen adelgazar y resecan. Los grasos son en buena medida laxantes. De los puestos en salazón, los más secos son los marinos, y luego los de río, mientras que los de lago son los más húmedos. De los pescados en salazón aquellos que son los más secos ⟨de por sí⟩ lo son también en salmuera.

De los animales domésticos los que pacen en los bosques [**49**] y los campos son más secos que los que se crían bajo techado, porque en sus ejercicios al aire libre se secan bajo el sol y con el frío, y viven respirando un aire más seco. Son más secos los animales salvajes que los domésticos, y los que comen poco que los que comen mucho, los que comen heno más que los que comen hierba, los que comen frutos más que los que no los comen, los que beben poco más que los que beben mucho, los que tienen mucha sangre más que los que tienen poca o ninguna, los adultos más que los muy viejos o los jóvenes, los machos más que las hembras, los no castrados más que los castrados, los negros más que los blancos, y los velludos más que los lampiños. Los contrarios son más húmedos.

De los animales por sí mismos las carnes más fuertes son las más sometidas a esfuerzos, y las más abundantes en sangre y las del costado por donde se recuestan ⟨los animales⟩. Las más ligeras son las que menos se fatigan, y las de poca sangre, y las que

quedan a la sombra, y todas las más interiores del animal. Entre las desprovistas de sangre el cerebro y la médula son las más fuertes; y las más ligeras son cabezas, pies, sexos y tendones. De los peces las carnes más secas son las de la parte de arriba, y las más ligeras las de bajo el vientre, y las cabezas son más húmedas a causa de la grasa y del cerebro.

[**50**] Los huevos de las aves son un alimento fuerte, nutritivo y flatulento. Fuerte, porque están muy cerca del origen de la vida; nutritivo, porque eso es la leche para el recién nacido, y flatulento, porque de un pequeño volumen se desarrollan enormemente.

[**51**] El queso es fuerte, ardiente, nutritivo y astringente. Fuerte, porque está muy cerca del origen de la vida; nutritivo, porque es el residuo sólido de la leche; ardiente, porque es graso; y astringente, por estar concentrado con zumo ⟨de higuera⟩[56] y con cuajo.

[**52**] El agua es fría y húmeda; el vino, caliente y seco, y tiene de su poso algo laxante además. De los vinos, los tintos y ásperos son más secos, y no son ni laxantes ni diuréticos ni expectorantes. Resecan por su calor, al consumir la humedad del cuerpo. Los tintos suaves son más húmedos, y producen gases y son más laxantes. Los tintos dulces son más húmedos y más débiles, y producen gases al introducir humedad. Los blancos ásperos calientan, pero no resecan, y son más diuréticos que laxantes. Los vinos jóvenes son más laxantes que los otros, por estar más cerca del mosto y son más nutritivos, y también los aromáticos más que los que no tienen aroma, por ser más maduros, y más los gruesos que los ligeros. Los ligeros son más diuréticos. Y los blancos y los ligeros dulces son más diuréticos que la-xantes, y refrescan, adelgazan y humedecen el cuerpo, y debilitan la sangre, desarrollando en el cuerpo el principio rival a la sangre[57]

El mosto produce gases y causa perturbaciones y vacía la tripa. Causa gases porque calienta, vacía como con una purga el cuerpo, y causa perturbaciones al fermentar en el estómago, y es laxante. Los vinos ácidos refrescan, adelgazan y humedecen. Refrescan y adelgazan al producir la evacuación de la humedad del cuerpo, y humedecen a causa del agua que penetra en el cuerpo con el vino.

El vinagre es refrescante, porque gasta y consume la humedad que hay en el cuerpo, y es más astringente que laxante porque no es nutritivo y sí agrio. El mosto hervido calienta, humedece y evacua. Calienta por ser vinoso, humedece por ser nutritivo, y produce evacuaciones por ser dulce y encima estar hervido. El vino de últimos residuos humedece, produce evacuaciones y es flatulento, como el mosto.

La miel pura calienta y seca, pero con agua humedece [**53**] y es laxante para los biliosos, y es astringente para los flemáticos. El vino dulce es más laxante para los

flemáticos[58].

En cuanto a las hortalizas[59] sucede lo siguiente. El [**54**] ajo es cálido y laxante y diurético, bueno para el cuerpo, dañino para los ojos[60]. Porque, al efectuar una purga enorme del cuerpo, debilita la vista. Es laxante y diurético, a causa de sus efectos purgantes. Cocido es más suave que crudo. Produce gases por la retención del aire interno. La cebolla es buena para la vista, pero mala para el cuerpo, porque es cálida y ardiente y no es laxante. Pues no le da alimento al cuerpo ni le ayuda. Al calentarlo le seca por efecto de su jugo. El puerro caliente menos, y es diurético y laxante. Tiene también algo de purgativo; humedece y hace cesar la acidez de estómago. Hay que comerlo al final. El nabo humedece, disolviendo el flegma con su aspereza; pero las hojas en menor medida. Para la artritis es dañina la raíz, que permanece en el estómago y es de difícil digestión. Los berros caldean y disuelven la carne, y coagulan el flegma blanco, hasta llegar a producir estranguria. La mostaza es cálida. También ella es laxante y produce dificultad en la orina. También el jaramago provoca efectos semejantes a esos. El coriandro es cálido y astringente, y calma los ardores de estómago, y si se come al final produce además sueño. La lechuga es más fría antes de que tenga su jugo; a veces causa debilidad en el cuerpo. El eneldo es cálido y astringente, y detiene los estornudos cuando se huele. El apio es más diurético que laxante; pero sus raíces son más laxantes que la planta misma. La albahaca es seca y astringente. La ruda es más diurética que laxante, y tiene algo coagulante, y si se bebe antes sirve de alivio contra las pócimas venenosas. El espárrago es seco y astringente. La salvia es seca y astringente. La hierba mora refresca e impide las poluciones nocturnas. La verdolaga fresca refresca, pero seca calienta. La ortiga purga. La calaminta calienta y purga. La menta calienta y es diurética y detiene los vómitos; y si uno la come a menudo, derrite el semen hasta producir pérdidas, e impide la erección y deja el cuerpo débil[61]. La acedera, que calien-ta, es laxante. El armuelle es húmedo, sin embargo no es laxante. El bledo es cálido, no laxante. La col calienta, y es laxante, y evacua las sustancias biliosas. El zumo de acelgas es laxante, pero la planta es astringente; las raíces son más laxantes que las hojas de acelga. La calabaza calienta, humedece y es laxante, pero no es diurética. El nabo es ardiente, y humedece y perturba el cuerpo, pero no es laxante, y provoca disuria. El poleo calienta y es laxante. El orégano calienta, y evacua los humores biliosos. La ajedrea actúa de modo semejante. El tomillo es cálido, es laxante y diurético, y evacua los humores flegmáticos. El hisopo calienta y evacua los humores flegmáticos.

Entre las hierbas salvajes, las que en la boca son cálidas y bienolientes, ésas calientan y son más diuréticas que laxantes. Aquellas que tienen una naturaleza húmeda,

fría e inconstante u olores pesados, son más laxantes que diuréticas. Las que son acres o ásperas son astringentes. Las que son picantes y de buen olor, son diuréticas. Las que son picantes y secas en la boca, resecan. Las que son ácidas son también refrescantes. Son diuréticos los zumos del hinojo marino, del apio, las infusiones de ajo, de citiso, de hinojo, de puerro, de culantrillo, de hierba mora. Y son refrescantes éstos: el *escolopendrio*, la menta, el *seseli*, la achicoria, la pimpinela, el *hipérico*, las ortigas. Laxantes y purgantes son los caldos de guisantes, lentejas, cebada, acelgas, col, mercurial, saúco, cártamo, *** Estas plantas son más laxantes que diuréticas.

[**55**] En cuanto a la fruta pasa lo siguiente. Las frutas en sazón son más laxantes, y las verdes más que las secas. Vamos a exponer la propiedad natural de cada una.

La mora calienta, humedece y es laxante. Las peras maduras calientan, humedecen y son laxantes. Las duras son algo astringente. Las peras silvestres de invierno maduras son laxantes y limpian el vientre. Pero las verdes son algo astringente. Las manzanas dulces son difíciles de digerir; las ácidas maduras lo son menos. Los membrillos son astringentes y no laxantes. Los caldos de manzanas sirven para detener los vómitos y son diuréticos. Incluso su olor va bien contra los vómitos. Las manzanas silvestres son astringentes; cocidas son más laxantes. Contra el asma los zumos y las mismas manzanas bebidas son benéficas.

Las serbas, los nísperos, los frutos de cornejo y los demás por el estilo son astringentes y bloquean la tripa. El jugo de la granada dulce es laxante, y tiene algo ardiente. Las granadas vinosas son flatulentas, y las agrias son más refrescantes. Los granos de todas ellas son astringentes. Los pepinos crudos son cosa indigesta; los melones son diuréticos y laxantes, pero dan gases.

Las uvas son cálidas y húmedas, y son laxantes, sobre todo las blancas. Cierto que las dulces calientan bastante, porque guardan ya mucho calor. Las verdes calientan menos, pero si se toman en bebida purgan. Las pasas son algo ardiente, pero son laxantes.

Los higos verdes humedecen, son laxantes y dan calor. Humedecen por ser jugosos, calientan y son laxantes por su zumo dulce. Los primeros higos son los peores, porque son los de más leche, y los últimos son los mejores. Los higos secos son ardientes, pero son laxantes.

Las almendras son un alimento ardiente, pero nutritivo. Ardiente por su aceite, nutritivo por su pulpa. Las nueces redondas son semejantes. Las anchas, maduras, son nutritivas, y si están peladas son laxantes, y producen gases. Las pieles, en cambio, son astringentes. Las bellotas de encina, de roble, y los hayucos son astrigentes, crudos o

tostados; cocidos, menos.

Las carnes grasas son ardientes, pero laxantes. Las [**56**] carnes conservadas en vino resecan y alimentan; resecan a causa del vino, y alimentan por la carne. Conservadas en vinagre calientan menos a causa del vinagre, y alimentan bastante. Conservadas en sal las carnes son menos nutritivas, por quedar privadas de la humedad por la sal; adelgazan, resecan y son bastante laxantes[62].

De cada uno de estos alimentos conviene disminuir o aumentar sus propiedades específicas del modo siguiente, en el conocimiento de que todo, tanto animales como plantas, está compuesto de fuego y agua, y con esto aumenta y en esto se resuelve. Así que a los alimentos fuertes se les priva de su propiedad cociéndolos y enfriándolos varias veces; a los húmedos se les arrebata la humedad pasándolos por las brasas y tostándolos; y a los secos ⟨se les cambia su propiedad⟩ mojándolos y rociándolos; a los salados se los moja y se cuecen; a los amargos y ácidos se los mezcla con los dulces, y a los astringentes con los grasientos. Y de todos los demás conviene tomar noticia por lo ya dicho.

Todo lo que está pasado por el fuego y tostado es más astringente que lo crudo, porque el fuego le ha arrebatado la humedad, el zumo y lo grasiento. Así que cuando cae en el estómago, atrae hacia sí la humedad de la cavidad, y obtura los orificios de los conductos veno-sos, secando y calentando, de manera que contiene los desagües de la humedad.

Todos los alimentos que provienen de las zonas áridas, secas y tórridas, son más secos y más caloríferos y aportan mayor vigor al cuerpo, porque son más pesados, más densos y más nutritivos, con el mismo volumen, que los que vienen de regiones húmedas, lluviosas y frías. Éstos son más húmedos, ligeros y fríos. Por lo tanto no sólo hay que conocer la cualidad específica de los cereales, de las bebidas, y de los animales, sino también sus lugares de origen. Cuando, en efecto, se quiera procurar al cuerpo un alimento más fuerte de los mismos comestibles, habrá que recurrir a los que procedan de regiones áridas, tanto en cereales como en bebidas y en carnes. Y cuando se quiera una nutrición más ligera y más húmeda, recurrir a los de regiones más lluviosas.

Las cosas dulces, picantes, saladas, amargas, ásperas y carnosas dan naturalmente calor, tanto las que son secas como las húmedas. Pero todas las que tienen una parte predominante de sequedad en su interior, éstas resecan y calientan. Cuantas tienen una parte mayor de humedad, todas ésas a la vez que dan calor humedecen y son más laxantes que las secas. Pues al dar más alimento al cuerpo, provocan una revulsión en el vientre, y al traer humedad resultan laxantes. Todo lo que, aportando calor, reseca, ya

sea comida o bebida, y que no provoca ni salivación ni orina ni deposiciones, reseca el cuerpo por lo siguiente: al calentarse el cuerpo se vacía de la humedad, en parte por los mismos alimentos, y en parte porque lo humedo se consume en alimento para el calor del alma, y en parte porque, calentándose y haciéndose más sutil, se evapora a través de la piel.

Las sustancias dulces y las grasas y las oleaginosas dejan repleto, porque se derraman a partir de un pequeño volumen. Al calentarse y al derramarse colman el calor del cuerpo y causan una sensación de plenitud.

Las sustancias ácidas, picantes, astringentes, ásperas, bastas, o secas, no llenan, porque dejan abiertos y limpian los orificios de los conductos venosos. Que los unos secando, los otros mordiscando y contrayendo, hacen que se agite y se concentre en un pequeño volumen la humedad que hay en la carne, y se hace grande el vacío en el cuerpo. Con que cuando quieras saturar con pocos alimentos o vaciar con más, utilizar unos u otros.

Todos los alimentos frescos dan más vigor que los demás por esta razón, que están más cerca de lo vivo. En cambio los viejos y pasados son más laxantes que los frescos, porque están más cerca de la corrupción[63]. Los alimentos crudos provocan cólicos y eructos, porque aquello que debe efectuarse con ayuda del fuego, eso lo lleva a cabo el estómago, que es más débil que los alimentos ingeridos. Los platos que se preparan con salsas son ardientes y húmedos, porque tienen ingredientes grasos, cálidos, y con propiedades diversas unas de otras en un mismo guiso. Los preparados en salmuera o en vinagre son mejores y no ardientes.

Respecto a los baños pasa lo siguiente. El agua [**57**] potable humedece y refresca, pues da humedad al cuerpo. El baño salado calienta y reseca, ya que teniendo un calor natural atrae fuera del cuerpo la humedad. Los baños calientes en ayunas adelgazan y refrescan, pues por el calor arrebatan la humedad del cuerpo; y al verse privada la carne de la humedad, el cuerpo se enfría. Después de la comida calientan y humedecen, al desparramar lo húmedo que hay en el cuerpo en un volumen mayor. Los baños fríos lo contrario: al cuerpo en ayunas le dan algo de calor y humedad, y al que ya ha comido se lo quitan, estando húmedo, y, al ser algo frío, lo llenan de la sequedad que conllevan. La abstinencia de baños reseca, al consumirse lo húmedo; y la privación de ungüentos otro tanto.

[**58**] El darse ungüentos calienta, humedece y ablanda. El sol y el fuego resecan por esta razón: que, siendo justamente calientes y secos, atraen la humedad del cuerpo. La sombra y los fríos moderados humedecen, pues dan más que toman (humedad). Todos

los sudores, al salir, adelgazan y resecan, al abandonar la humedad el cuerpo. El coito adelgaza, humedece y calienta; calienta a causa del ejercicio y de la secreción de lo húmedo, adelgaza por la evacuación, y humedece a causa de lo que queda en el cuerpo de lo licuado[64] a causa del ejercicio.

[**59**] Los vómitos adelgazan a causa de la evacuación de la comida, sin embargo no resecan, a no ser que al día siguiente se adopte el tratamiento adecuado; sino que humedecen más bien, a causa de la repleción y del derretimiento de la carne producido por el esfuerzo. Pero si al día siguiente uno deja que esto se consuma en alimento de lo cálido y se va aumentando la dieta de modo paulatino, desecan. El vómito libera la tripa estreñida, y estriñe la que está más suelta de lo oportuno, al humedecer aquélla y contraer esta otra. Por tanto, si uno quiere producir un efecto astringente, hay que producir el vómito muy deprisa tras haber comido, antes de que el alimento que es húmedo descienda hacia abajo, y servirse sobre todo de alimentos astringentes y de los picantes. En cambio, si se quiere soltar el vientre, conviene retener los alimentos ⟨en el vientre⟩ el mayor tiempo posible, y recurrir a alimentos y bebidas ásperos, salados, grasos y dulces.

Los sueños, en ayunas, adelgazan y enfrían, si no [**60**] son largos, pues eliminan la humedad natural ⟨en el cuerpo⟩. Pero si son prolongados, al calentarla derriten la carne y relajan el cuerpo y lo dejan débil. Después de la comida al calentar humedecen, esparciendo la comida por el cuerpo. Tras los paseos matutinos es cuando el sueño reseca en grado máximo.

El no dormir tras las comidas daña, al no dejar al alimento que se disuelva; al que está sin comer le procura un cierto adelgazamiento, pero le daña menos. La inactividad humedece y deja el cuerpo débil, pues el alma que está inactiva no consume la humedad originada en el cuerpo. El ejercicio reseca y pone el cuerpo fuerte.

Una única comida ⟨al día⟩ adelgaza, reseca y estriñe el vientre, porque lo húmedo del estómago y de la carne es consumido por el calor del alma. El desayuno consigue los efectos contrarios a la comida única. El agua caliente como bebida adelgaza en todo y de igual modo el agua fría. El frío excesivo tanto en el aire respirado como en la comida y en la bebida congela la humedad del cuerpo y estriñe el vientre por el frío y la solidificación. Pues domina a la humedad del alma. También los excesos de calor solidifican ⟨lo húmedo⟩ de modo que así tampoco hay difusión de éste. Todo lo que al calentar el cuerpo, sin aportarle alimento, vacía de humedad la carne sin producir un exceso, causa en el hombre un enfriamiento; pues al evacuarse la humedad existente, se enfría a medida que se llena del aire que penetra de fuera.

En cuanto a los ejercicios[65] hay que apreciar la [**61**] cualidad que tienen del modo siguiente. Hay, en efecto, unos que son naturales, y otros violentos. De ellos los naturales son el ejercicio de la vista, del oído, de la voz, y del pensamiento[66].

Así pues, el ejercicio de la vista tiene esta propiedad: aplicándose el alma a lo que observa se mueve y se calienta; y al calentarse se seca, porque se vacía de lo húmedo. A través del oído, cuando le llega un ruido, el alma se agita y se esfuerza, y con este esfuerzo se calienta y se seca. En todo lo que el hombre piensa, se agita su alma, se caldea y se reseca, por esos esfuerzos, trabaja gastando su humedad, vacía las carnes, y enflaquece al individuo. Todos los ejercicios de la voz, sean discursos, lecturas o cantos, todos ellos agitan su alma. Y al agitarse se caldea y se reseca, y gasta su humedad.

[**62**] Los paseos son, desde luego, naturales, y lo son mucho más que los demás ejercicios, pero tienen algo de violento. La cualidad propia de cada uno de ellos es la siguiente. El paseo de después de la cena[67] reseca el vientre y el cuerpo, y no deja que el estómago acumule grasa por lo siguiente: al moverse el hombre, se calientan los alimentos y el cuerpo, de modo que la carne atrae lo líquido y no permite que se concentre en torno al estómago. Así que el cuerpo se llena, y el estómago adelgaza. Se reseca por lo siguiente: al moverse y calentarse el cuerpo, lo más ligero de la nutrición se consume, una parte por el calor congénito[68], y otra se pierde con la respiración hacia el exterior, y en parte también se va a la orina. Y queda como resto lo más seco de los alimentos dentro del cuerpo, de modo que se resecan el estómago y la carne.

Los paseos matutinos adelgazan, dejan la cabeza despejada y alerta, y el oído vivaz, y liberan el estómago. Adelgazan porque el cuerpo, al moverse, se calienta, y la humedad disminuye y se elimina, en parte mediante la respiración, y parte al sonarse y al escupir, y en parte se gasta en alimento para el calor del alma. Liberan el estómago, porque al penetrar desde arriba en éste, que está caliente, el aire frío, el calor se retira ante el frío. Dejan despejada la cabeza por la razón siguiente: cuando el vientre se vacía, al estar caliente, atrae hacia sí lo húmedo del resto del cuerpo y de la cabeza. Y al vaciarse ⟨de humedad⟩ la cabeza, se purifican la vista y el oído. Y se pone uno alerta. Los paseos después de los ejercicios físicos dejan los cuerpos purgados y flacos, al no permitir que la exudación de la carne producida por el esfuerzo se concentre, sino que la eliminan.

De las carreras, las dobles y de fondo[69], aumentadas [**63**] paulatinamente, al calentar la carne pueden cocerla y fundirla, y así aumentan por digestión la potencia de los alimentos en la propia carne, y dejan los cuerpos más lentos y más firmes que las carreras sencillas. Son más convenientes a los que comen mucho, y más en invierno que en verano.

Las carreras con vestidos tienen la misma propiedad, pero como calientan más deprisa dejan los cuerpos más húmedos, si bien con menos color, porque el aire puro que se recibe no purifica (el cuerpo), sino que éste se mueve en el mismo aire durante el ejercicio. De modo que esto les conviene a los individuos secos y a los de abundante carne que quieren perder peso, y a las personas de edad por la frialdad de su cuerpo.

Los *díaulos* y los dobles *díaulos* consumen menos la carne, y secan más, porque los esfuerzos que se producen en las partes internas del alma extraen lo húmedo de la carne y enflaquecen el cuerpo y lo secan. Las carreras simples consumen menos la carne, pero resecan y contraen al máximo la carne y el vientre, ya que, al necesitar una respiración muy rápida, atraen la humedad hacia esos esfuerzos.

[**64**] Los ejercicios gimnásticos agitados con brusquedad son, para los individuos enjutos, inconvenientes. Pues producen desgarramientos por lo siguiente. Estando caliente el cuerpo, adelgazan mucho la piel, condensan la carne menos que las carreras, y vacían la carne de su humedad. Las flexiones y elevaciones de brazos caldean mucho menos la carne, y aguzan el cuerpo y el alma, y evacuan el aire.

La lucha libre y el frotamiento ofrecen en mayor medida el ejercicio a las partes externas del cuerpo, y calientan, endurecen y hacen que se desarrolle la carne por lo siguiente. Por un lado las partes por naturaleza duras se hacen más compactas al ser frotadas, y las huecas se desarrollan, como es el caso de los conductos venosos. Porque al calentarse y secarse atraen hacia sí el alimento a través de los poros, y luego aumentan. La lucha de cuerpo a tierra tiene unos efectos semejantes a los de la lucha libre, y reseca más a causa del polvo, y desarrolla menos carne. La lucha de manos y dedos reseca y atrae las carnes hacia arriba, y efectos similares logran la lucha con el saco y la gimnasia de brazos[70]. La retención de la respiración fuerza los poros (a abrirse) y adelgaza la piel y puede expulsar la humedad de la piel.

Los ejercicios gimnásticos en el polvo y los del [**65**] cuerpo untado en aceite difieren en lo siguiente. El polvo es frío, el aceite cálido[71]. Durante el invierno el aceite ayuda al desarrollo, porque impide que el frío arrebate nada al cuerpo. Durante el verano el aceite, que produce un exceso de calor, hace que se funda la carne, cuando se recalienta a causa de la estación, del aceite y del esfuerzo. El polvo de los ejercicios gimnásticos favorece el desarrollo durante el verano, pues al refrescar el cuerpo no deja que se recaliente hasta el exceso. En cambio en invierno enfría y congela. Quedarse en el polvo después de los ejercicios durante un rato breve en el verano es provechoso, porque refresca; pero si es mucho tiempo reseca demasiado y deja los cuerpos duros y secos como leños. El frotamiento de aceite mezclado con agua reblandece e impide un peligroso

recalentamiento.

En cuanto a las torceduras y tensiones[72] que se [**66**] producen en el cuerpo, ocurre lo siguiente. Las personas que no tienen hábito de hacer gimnasia se lastiman en cualquier ejercicio. Pues ninguna parte de su cuerpo está entrenada para ningún esfuerzo. Los cuerpos ejercitados, por su parte, pueden lastimarse por los ejercicios desacostumbrados; e incluso se lastiman por los ejercicios habituales, si los practican con exceso. Ésos son, en efecto, los tipos de los achaques.

La propiedad característica de éstos es la siguiente. Quienes no están entrenados, teniendo la carne húmeda, al esforzarse en los ejercicios, en cuanto el cuerpo se les calienta, sufren un enorme derretimiento de su carne. Lo que entonces se exuda o se elimina con la respiración no causa fatiga sino a la parte del cuerpo vaciada así contra lo habitual. Pero lo que queda de esa licuefacción causa fatigas no sólo a la parte vaciada del cuerpo de modo inhabitual, sino también a la que recibe esa humedad. Porque no es un líquido[73] connatural al cuerpo, sino muy contrario. Pues no se acumula por igual en las partes desprovistas de carne ⟨y en las otras⟩, sino que se concentran en las carnosas, hasta el punto de provocar dolencia en éstas hasta que se expulsa. Puesto que desde luego no tiene circulación, quedando en reposo, se recalienta ella y lo que se le añade.

Si la secreción es abundante, se impone incluso sobre lo que está sano, de modo que recalienta en exceso todo el cuerpo, y resulta el principio de una fuerte fiebre. Pues al ponerse la sangre caliente y ser atraída, acelera la circulación que se da en el cuerpo, y por medio de la respiración se purifica todo el cuerpo; y el humor concentrado, al calentarse, se aligera y se expulsa de la carne hacia afuera a través de la piel, que es lo que se llama «sudor cálido». Una vez segregado éste, la sangre se reafirma en su movimiento natural, y la fiebre remite, y la fatiga cesa, en general, al tercer día.

Estos achaques, pues, hay que tratarlos del modo siguiente: disolviendo lo acumulado mediante baños de vapor y baños calientes, y con paseos no forzados, de modo que ⟨los pacientes⟩ queden limpios, y recuperen la disminución de la carne con ayuda de breves alimentos y adelgazando.

Conviene, además, untarse con aceite sosegadamente durante un buen rato, para no recalentarse con el esfuerzo, y frotarse con ungüentos sudoríparos y emolientes, y dormir en cama blanda.

A quienes ya tienen hábito de ejercicios el achaque les viene de esfuerzos desacostumbrados por los motivos siguientes. Sea cualquier ejercicio al que el cuerpo no esté entrenado, forzoso es que la carne esté húmeda en relación a este punto, en el que no está acostumbrado a esforzarse, como es el caso de los que no practican la gimnasia

en cualquier ejercicio. Entonces necesariamente la carne se fundirá, se disgregará y se acumulará como en el ejemplo anterior. Conviene seguir este tratamiento: acudir a los ejercicios habituales, para que el humor concentrado calentándose disminuya y se purgue, y el resto del cuerpo no se humedezca ni se quede inactivo. Conviene recurrir a los baños calientes también en este caso, y a ungüentos de igual modo que en el caso anterior. Pero no necesita para nada de los baños de vapor, ya que los ejercicios calentándolo suficientemente disminuyen y eliminan el líquido amontonado.

Las luxaciones ⟨o lesiones⟩ producidas por los ejercicios habituales se originan del modo siguiente. De un ejercicio moderado no proviene ninguna tensión. Pero cuando se esfuerza uno más de lo oportuno, reseca demasiado su carne. Así que ésta se vacía de su humedad, y se caldea y sufre dolor, se estremece y cae en una fiebre bastante prolongada, a no ser que uno la trate correctamente. En ese caso, en primer lugar hay que bañar al enfermo en un baño ni demasiado caliente ni demasiado abundante, luego darle a beber después del baño un vino suave, y que coma de cena muy varios y muchos alimentos, y como bebida que tome un vino aguado y suave, y en abundancia, y luego que conserve mucho tiempo en el estómago ⟨la comida⟩ hasta que los conductos venosos se llenen y se hinchen. Luego, que vomite, y después de un breve paseo que se acueste blandamente. Luego conviene aumentar lentamente los alimentos y los ejercicios habituales durante seis días, y en éstos disponer al individuo en su régimen acostumbrado de comida y bebida[74].

Este tratamiento tiene la siguiente propiedad: puede rehidratar el cuerpo resecado en exceso sin caer en exceso. Si, desde luego, fuera posible, conociendo cuál es la causa de la dolencia, curarla mediante la dosis conveniente de alimentación, bien estaría así. Pero eso es imposible, y lo otro es fácil. Porque el cuerpo reseco, al recibir todo tipo de alimento, atrae de cada alimento lo conveniente a cada parte del cuerpo, que queda llena y humedecida, y, tras vaciarse el estómago por el vómito, rechaza el exceso. El vientre, al quedar vacío, se revuelve. Entonces, la carne regurgita la humedad que le sobra, y no suelta la que le es adecuada, a no ser por violencia bien de medicamentos o de ejercicios o por alguna otra revulsión. Acudiendo a un tratamiento progresivo reconducirás el cuerpo a su anterior régimen de vida suavemente.

LIBRO III

En lo que respecta a la dieta humana, como ya he [**67**] dejado dicho antes[75], no es posible tratar por escrito con exactitud hasta el punto de establecer la justa proporción de

los ejercicios frente a la cantidad de los alimentos. Pues son muchos los impedimentos[76]. En primer lugar, las constituciones naturales de los hombres, que son diferentes. Ya que incluso las de por sí secas, lo son más y menos, tanto respecto de sí mismas como en contraste de las unas con las otras; y lo mismo las húmedas y todas las demás. Después, resulta que las edades tienen diversas necesidades; además están las disposiciones de los países, y los cambios de los vientos, las variaciones de las estaciones, y las características del año.

En los alimentos mismos hay una enorme variedad. Difieren unos trigos de otros, y un vino de otro vino, y lo demás que nos sirve de alimento, de modo que, siendo todo diverso, eso impide que sea posible darle un tratamiento escrito con exactitud[77]. Con todo, los análisis[78] que yo he descubierto sirven de diagnóstico sobre los factores dominantes en el cuerpo, sobre si los ejercicios dominan a los alimentos, o si los alimentos a los ejercicios, y de cómo hay que remediar cada caso, y prevenir la salud, de modo que no se aproximen las enfermedades, a no ser que uno cometa muy grandes errores y a menudo. En esos casos ya se requieren medicamentos, y hay casos en que ni con medicamentos se puede restaurar la salud. En la medida, pues, en que puede avanzarse en los descubrimientos, yo he llegado muy cerca del límite, pero la exactitud no está al alcance de nadie.

[**68**] En primer lugar, pues, en interés de la mayoría de la gente[79] escribiré con qué medios pueden ayudarse quienes toman las comidas y bebidas ocasionales, entre trabajos obligados, viajes forzados por sus necesidades, y travesías por mar en busca de sustento, expuestos al sol en contra de lo conveniente, sometidos al frío al margen de lo útil, y recurriendo a un régimen de vida de lo más inestable. Para éstos, pues, de acuerdo con las circunstancias, resulta conveniente adoptar la dieta que vamos a exponer[80].

Con que divido el año en cuatro secciones, que es lo que la mayoría reconoce precisamente: invierno, primavera, verano y otoño. El invierno va desde el ocaso de las Pléyades al equinoccio de la primavera; la primavera, desde este equinoccio al surgir de las Pléyades; el verano, de las Pléyades hasta la salida de Arcturo; el otoño, desde Arcturo al ocaso de las Pléyades.

Durante el invierno, pues, para oponerse a la estación, fría y dura, conviene adoptar los hábitos de vida siguientes. En primer lugar hay que acostumbrarse a una sola comida, a no ser que uno tenga el vientre seco, y en tal caso, desayunar un poco. Y tomar alimentos secos y astrigentes, cálidos, variados y sin mezcla, mejor comidas con pan, y mejor asados que hervidos, y para beber tintos bastante puros y en menor cantidad; las hortalizas convienen muy poco, a no ser de las caloríficas y secas, y hervidos y caldos

muy pocos. Y muchos ejercicios de toda clase, y carreras de fondo, aumentándolas paulatinamente, y lucha libre prolongada, con el cuerpo aceitado, a lo que uno se forzará después de entrenamientos ligeros. Y paseos rápidos tras los ejercicios gimnásticos, lentos y al sol después de la comida, y muchos paseos matutinos, comenzando poco a poco y progresando a un ritmo vivo, y concluyéndolos de manera sosegada.

Conviene también descansar en lechos duros, y darse caminatas y carreras nocturnas[81]. Porque todo eso adelgaza y calienta. Y friccionarse con ungüentos más a menudo. Cuando uno quiera bañarse, si se ha esforzado en la palestra, que tome un baño frío; pero si ha practicado cualquier otro ejercicio, le es más provechoso el caliente. Practicar el trato sexual con mayor frecuenrcia en esta estación, y los mayores más que los más jóvenes. Acudir también a los vómitos, las personas de constitución más húmeda tres veces al mes, y los más secos dos, después de comidas muy variadas. Tras los vómitos retornar poco a poco a la alimentación habitual en un plazo de tres días, y durante este tiempo practicar ejercicios más ligeros y menos numerosos. Hay que vomitar después de ⟨haber comido⟩ carne de vaca y de cerdo y de las otras que producen un excesivo hartazgo; y también conviene vomitar tras el hartazgo de queso y de alimentos dulces y grasos desacostumbrados. También después de una borrachera y de una variación de alimentación y de un cambio de región es mejor vomitar.

Puede uno abandonarse al frío con plena confianza, a no ser después de las comidas y ejercicios gimnásticos; sí en los paseos matutinos, cuando el cuerpo empieza a entrar en calor, tanto en las carreras como en el resto del tiempo, guardándose del exceso. Pues no es bueno para el cuerpo no exponerse al frío invernal; que ni siquiera los árboles, de no quedar expuestos al invierno, pueden producir sus frutos en su sazón, ni mantenerse vigorosos[82]. Y practicar muchos ejercicios durante esta estación, de toda clase. Pues no resultan excesivos, a no ser que se produzcan lesiones.

Éstas son las indicaciones que doy a los profanos. Por qué es así lo diré ahora. Siendo la estación fría y dura, también los seres vivos se ven afectados por algo parecido. Forzoso es, pues, que el cuerpo entre en calor lentamente con el ejercicio, y que sólo una pequeña porción de la humedad interna sea evacuada. Además, el espacio de tiempo que se dedica al ejercicio es breve, y mucho el que se dedica al reposo. Porque es corto el día, y larga la noche. Por esa razón ni la duración ⟨de los ejercicios⟩ ni el ejercicio presentan exceso. Así que es preciso llevar ese régimen de vida durante esta estación, desde el ocaso de las Pléyades al solsticio, cuarenta y cuatro días. En torno al solsticio conviene estar alerta muy precisamente, y tras el solsticio conservar la misma dieta durante otros tantos días.

Después de éste, es ya el momento en que sopla el céfiro y la estación es más suave. Entonces hay que adap-tar la dieta a la estación durante quince días. Luego viene el surgir de Arcturo, y es el tiempo en que aparece la golondrina. En el período siguiente ya conviene vivir con un régimen más variado hasta el equinoccio, treinta y dos días. Conviene, por lo tanto, acompañar el cambio de estación con los hábitos dietéticos, variándolos con comidas y ejercicios más suaves y ligeros, acomodándolos poco a poco a la primavera.

Cuando llega el equinoccio, entonces son los días más suaves y más largos, y más cortas la noches, y la estación que se aproxima es cálida y seca, y la que transcurre alimenticia y temperada. Por consiguiente conviene que, así como los árboles, que no tienen entendimiento, se preparan en este tiempo una protección de cara al verano, en su desarrollo y su sombra, así también lo haga el ser humano. Puesto que él tiene entendimiento, debe procurarse un desarrollo saludable de su carne. Es preciso, pues, para no cambiar de repente el régimen dietético, dividir el tiempo en seis períodos de ocho días.

En el primer período, pues, es preciso reducir ejercicios y realizar más mitigados los que se mantengan, y tomar alimentos más suaves y más puros, y bebidas más aguadas y más blancas, y practicar la lucha de palestra con aceite al sol. En cada estación hay que variar cada uno de los habitos dietéticos poco a poco. Por ejemplo, de los paseos, suprimir los más de después de las comidas y los menos de los matutinos. Y servirse de los chuscos de cebada más que de los panes de trigo, añadir legumbres hervidas, y equilibrar los platos hervidos con los asados, tomar baños, y desayunar también un poco; y menos relaciones sexuales, y menos vómitos: en principio reducirlos de tres a dos, y luego que sean a mayores intervalos, para que el cuerpo se afirme bien provisto de carnes y con una carne limpia, y que la dieta sea suave durante este tiempo hasta la aparición de las Pléyades.

Entonces viene el verano, y conviene ya adaptar el régimen de vida a éste. Con que, una vez que se alcen las Pléyades, acudir a alimentos más suaves, y más puros, y en menor cantidad; luego a pan de cebada más que al de trigo, bien amasado y de harinas gruesas, y a bebidas suaves, blancas, acuosas; con un almuerzo frugal, y breves sueños tras el almuerzo; con hartazgo de comida en muy escasos momentos, y tomar abundante bebida durante la comida. A lo largo del día beber lo menos posible, a no ser que el cuerpo se vea afectado por una sequedad apremiante. Habituarse a legumbres hervidas, a excepción de las ardientes y secas, y tomarlas también crudas, a excepción de las que dan calor y son secas. No recurrir a los vómitos, a menos que se produzca un hartazgo.

Muy poco de relaciones sexuales, y darse baños templados. La fruta de la estación es demasiado fuerte para la naturaleza humana; mejor, pues, es abstenerse de ella. Pero si uno la toma, tomándola después de las comidas se perjudicará menos.

En cuanto a los ejercicios, conviene entrenarse en carreras sencillas, pocos *díaulos* y durante corto tiempo, y paseos a la sombra, y lucha libre sobre el suelo a fin de recalentarse mínimamente. El revolcarse por el suelo es mejor, desde luego, que las carreras, pues éstas resecan el cuerpo vaciándolo de la humedad. No salir de paseo después de la cena, a no ser lo justo para relajarse. Recurrir a los paseos de mañana. Y cuidarse del sol, y de los fríos matutinos y, al atardecer, de los que exhalan ríos, lagos o nieves.

Continúese con este régimen de vida hasta el solsticio, de modo que durante este tiempo se suprimirá todo lo que es seco, cálido, negro, y sin mezcla, y los panes; a no ser un poco (de pan) que se tome por placer. Y en el tiempo siguiente se nutrirá de alimentos suaves, húmedos, refrescantes, blancos, y puros, hasta la aparición de Arcturo y el equinoccio, noventa y tres días.

A partir del equinoccio hay que llevar la dieta siguiente, acomodándola gradualmente en otoño para el invierno, previniéndose de los cambios de fríos y de sol con un vestido grueso. Durante este tiempo, tras hacer vestido los ejercicios preliminares, practicar las fricciones y la lucha untados de aceite, adaptándose poco a poco. Y darse los paseos al sol. Tomar baños calientes, suprimir los sueños durante el día, y tomar alimentos más cálidos, y menos húmedos y puros; y bebidas más oscuras, suaves y no aguadas, y hortalizas secas en menor medida, y continuar así en toda la dieta suprimiendo los alimentos de verano; y adoptar los de invierno pero no en extremo, a fin de acercarse lo más posible a la dieta invernal en cuarenta y ocho días, desde el equinoccio hasta el ocaso de las Pléyades.

[**69**] Esto es lo que recomiendo a la mayoría de las gentes, a todos los que por necesidad tienen que proseguir su vida azarosamente, y no pueden desentenderse de lo demás para dedicarse a cuidar de su salud. Pero para quienes eso es accesible y que ya han reconocido que ningún beneficio hay en las riquezas ni en los demás bienes al margen de la salud[83], para éstos he descu-bierto una dieta que se aproxima lo más posible al mayor grado de verdad. Ésta es la que voy a exponer, en efecto, avanzando el escrito.

Este hallazgo es hermoso para mí, que lo he hecho, y útil para quienes lo aprendan. Ninguno de los de antes intentó nunca comprenderlo, y frente a todo lo demás juzgo que esto es algo de gran valor.

Se trata de un diagnóstico previo al enfermar, diagnóstico de lo que les ocurre a los cuerpos, de si el alimento prevalece sobre los ejercicios, o si los ejercicios sobre los alimentos, o si están acomodados unos a otros. Pues las enfermedades se producen por el predominio de uno cualquiera de esos dos factores. Del andar equilibrados unos y otros viene la salud. Ahora voy a tratar de esos casos, e indicaré cómo son y cómo acontecen en personas que parecen gozar de salud, comen a su gusto, pueden hacer ejercicios, y están bien de cuerpo y de color.

Las narices se llenan sin motivo evidente después [**70**] de la comida y del sueño[84], y parecen estar llenas, pero sin moqueo. Sólo al empezar el paseo de mañana y los ejercicios, entonces se moquea y se escupe. Al avanzar el tiempo, también los párpados se tienen pesados, y se apodera de la frente como una comezón; y no se tienen ganas de comida, y menos capacidad para beber ⟨que de ordinario⟩, y con esto sobrevienen palideces, y se desencadenan catarros o temblores febriles, según la zona a donde se desplace el hartazgo ocasional.

A lo que el paciente se encuentre haciendo en ese momento se le echan las culpas, pero eso no es culpable. Es que en él los alimentos se imponen a los ejercicios, y el hartazgo, acumulándose poco a poco, le ha empujado hacia la enfermedad. Pero no hay que dejarlo llegar hasta este punto. Sino que, apenas uno reconozca los primeros de esos síntomas, ya hay que advertir que las comidas predominan sobre los ejercicios y que poco a poco se está acumulando el hartazgo. Porque el moqueo y la salivación indican ya la crisis de la saciedad. Al encontrarse el cuerpo tranquilo, bloquean las salidas de la respiración, por ser enorme el hartazgo. Pero si ⟨el cuerpo⟩ se calienta con el ejercicio, ⟨esa destilación⟩ se hace más ligera y se segrega.

A un paciente semejante hay que curarlo del modo siguiente. Que se ejercite a fondo con las prácticas gimnásticas habituales evitando lesionarse, y que dándose un baño caliente vomite a continuación de una comida de alimentos muy variados. Después de la vomitona que se enjuague la boca y la garganta con un vino astringente para que los orificios de las venas se obturen y no sean absorbidos ningunos restos de los producidos por el vómito. Luego levantarse y dar un breve paseo por el sol. Al día siguiente, que haga los mismos paseos y los mismos ejercicios, pero en menor número y más ligeros que antes. Y que se quede sin almorzar, si es verano; y si no es verano, que coma un poco; y en la cena que reduzca a la mitad lo que acostumbra a cenar. Al tercer día que recobre todos sus ejercicios habituales y sus paseos, y que aumente poco a poco sus alimentos a fin de volver al quinto día después del vómito a la cantidad de comida acostumbrada. En fin, si tras esto se encuentra bastante bien, que se medique en lo

demás con comidas menos abundantes y con más ejercicios.

Pero si no han menguado los síntomas de la saciedad, dejando pasar dos días después de haber vuelto a la comida habitual, que vomite de nuevo y que se readapte según las mismas indicaciones. Y si es preciso, también una tercera vez, hasta que se vea libre de su hartazgo.

Hay algunas personas que, cuando los alimentos dominan [**71**] a los ejercicios, se ven afectadas del modo siguiente. Comenzando la saciedad les sobrevienen sueños largos y agradables, y se echan a dormir algún rato durante el día. El sueño se produce al humedecerse la carne, y se desparrama la sangre, y se serena dispersándose también el aire respirado. Pero cuando el cuerpo no soporta ya la saciedad, provoca una secreción interna por efecto de la violencia de la circulación que, al enfrentarse a la nutrición que viene de los alimentos, produce perturbaciones en el alma. Entonces ya no son agradables los sueños, sino que forzosamente perturban al individuo, y éste se imagina que combate. Pues tales cuales son las sensaciones que sufre el cuerpo, tales son las cosas que ve el alma, aunque le falte la vista[85].

Así que, cuando el paciente llega hasta este punto, ya está cerca de la enfermedad. Pero cuál enfermedad le alcanza, es algo incierto. Pues según sea la secreción que sobrevenga y en qué lugar se imponga, eso determina la dolencia. Pero el que es sensato no ha de dejar que avance, sino que apenas reconozca los primeros síntomas ha de medicarse como el enfermo anterior, si bien necesita más tiempo y un ayuno más severo.

[**72**] También son síntomas de saciedad los siguientes. El cuerpo está dolorido, en unos casos todo él, en otros una parte del cuerpo cualquiera. El dolor se asemeja a la fatiga. De modo que creyéndose estar fatigados, ⟨los afectados⟩ se medican con descansos y repleciones hasta que abocan a la fiebre. Y ni aun entonces se dan cuenta de su situación. Sino que tomando baños y comidas trasforman su enfermedad en una pneumonía, y se colocan en un peligro extremo.

Ahora bien, conviene tomar precauciones antes de llegar a las enfermedades, y remediarse según el modo siguiente. Lo mejor es ponerse a transpirar mediante baños de vapor suaves, y si no, bañándose con agua abundante y caliente, relajando el cuerpo lo más posible; y recurriendo a alimentos en primer lugar ácidos y abundantes, y luego a los demás, vomitar bien, y al levantarse dar un paseo de breve duración al sol, y luego echarse a dormir. Por la mañana hacer muchos paseos aumentándolos poco a poco, y además los ejercicios gimnásticos ligeros y en progresión semejante a lo anterior. Ese paciente necesita un muy considerable adelgazamiento y caminatas.

En caso de que, por no haberlo previsto, uno llegue a un estado febril, que no tome

sino agua durante tres días, si es que la fiebre le cesa durante éstos; en otro caso, medicarlo con un caldo de cebada. Escapará en cuatro o siete días y echará a sudar. Es bueno recurrir a ungüentos sudoríficos cuando las crisis. Porque fuerzan el sudor.

[**73**] Algunos a causa de la saciedad padecen los síntomas que voy a describir. Les duele y sienten pesada la cabeza, los párpados les caen después de las comidas y se ven perturbados en sus sueños, y les parece tener fiebre, y a veces el vientre se queda detenido. En las relaciones sexuales parece que uno está más ligero por el momento, pero luego se encuentra más pesado. En estos pacientes la cabeza atrae la saciedad por revulsión, con ello hace que el vientre se retenga, y es ella la que se siente pesada. Graves riesgos amenazan, y allí en donde irrumpe la saciedad, eso se corrompe.

Por tanto, hay que precaverse del modo siguiente. Si uno quiere dar un tratamiento más rápido, dar primero un baño de vapor y luego purgar con eléboro; luego acudir a alimentos ligeros y suaves durante diez días; y a platos laxantes, a fin de que el bajo vientre domine a la cabeza mediante una revulsión por abajo. Y paseos lentos y matutinos, bastantes, y lucha en la palestra y con el cuerpo aceitado. Que tome el almuerzo y una siesta después del almuerzo que no sea larga. Después de la cena levantarse sólo para un breve paseo. Y bañarse, y darse fricciones con ungüentos —pero bañarse con agua templada—, y abstenerse del coito. Este es el tratamiento más rápido.

Si uno no quiere tomar bebidas medicinales[86], que tome un baño caliente y que vomite después de tomar alimentos ácidos, húmedos, dulces y salados, y que después del vómito salga a dar tan sólo una vuelta; y que por la mañana practique los paseos suaves y los ejercicios prescritos progresivamente durante seis días. Al séptimo, depués de un hartazgo, provocar otro vómito de esos mismos alimentos, y continuar con el mismo método. Seguir con estos tratamientos durante cuatro semanas, pues es generalmente en este tiempo en el que se opera el restablecimiento. Luego aumentar alimentos y ejercicios, y provocar los vómitos con mayores intervalos, y aumentar en menor espacio los alimentos, a fin de que el cuerpo se recupere, y restablecer la dieta en su forma habitual poco a poco.

[**74**] Nacen también de una saciedad los síntomas siguientes. Cuando el vientre digiere los alimentos y las carnes no los admiten, la nutrición que se queda produce flatulencia. Cuando se almuerza, se retiene; pues lo más ligero es expulsado por lo más fuerte, y los pacientes parecen haberse liberado (de todos los restos). Pero esto reaparece mucho más fuerte al día siguiente. A medida que se aumenta día a día se hace más fuerte, y domina lo retenido a lo que se introduce, y provoca recalentamientos, y perturba todo el cuerpo, y provoca diarrea. Ése es el nombre que se aplica cuando sólo

es expulsada por abajo la nutrición corrompida.

Cuando, al recalentarse el cuerpo, la purga se hace violenta, los intestinos son arañados, y quedan ulcerados y se producen deposiciones sangrientas, eso es lo que se llama disentería, enfermedad penosa y peligrosa. Entonces hay que tomar precauciones y suprimir el almuerzo y un tercio de la cena. Disponerse a más ejercicios, a luchas de palestra y a las carreras y caminatas, después de las prácticas gimnásticas y de mañana. Cuando se cumplan diez días, añadir a la comida la mitad de lo restado, y provocar un vómito y aumentar el alimento durante cuatro días. Cuando se cumpla otra decena de días, añadir el resto de la comida y provocar otro vómito, y al aumentar la comida lo dejarás sano en este espacio de tiempo. No tengas miedo de oprimir al paciente con los ejercicios.

[**75**] Se dan también los siguientes síntomas. Al día siguiente se devuelve la comida cruda sin un ardor de estómago; el vientre evacua, menos que en proporción a los alimentos ingeridos, pero bastante sin embargo, y no se produce ninguna molestia. En estos individuos el vientre, al ser frío, no puede digerir el alimento durante la noche. De modo que, al ponerse en acción, se vomita el alimento crudo. Por tanto conviene que en este caso se le dé calor al vientre por medio de la dieta y de los ejercicios.

En principio, por tanto, hay que recurrir a pan caliente y fermentado, mojándolo en vino negro o en caldo de cerdo. Y a pescados hervidos en salmuera picante, y tomar además trozos de carne, por ejemplo pies de cerdo hervidos, y cerdos grasos asados, pero no muchos cochinillos, ni carne de perrito ni cabritillo. En cuanto a hortalizas: puerros, ajos hervidos o crudos, acelgas hervidas y calabazas. Bebidas más bien puras, y sueños largos, y el primer día pasarlo sin el almuerzo. Dormir después de los ejercicios gimnásticos, carreras dobles, aumentándolas de poco en poco, lucha ligera y con el cuerpo untado de aceite, pocos baños, y más frecuentes ungüentos, muy numerosos los paseos de mañana, y pocos después de la comida. Precisamente los higos son buenos en la cena, acompañados de vino puro. Con este tratamiento se reponen unos más aprisa, y otros más despacio.

Otros experimentan los padecimientos siguientes. [**76**] Pierden la color y, en cuanto comen, vomitan al poco rato materias ácidas, y la acidez les sube hasta la nariz. Los cuerpos de estos individuos no están limpios, y a causa del esfuerzo la parte que se funde de la carne es mayor que la que se elimina por medio de la circulación. Entonces este remanente se opone a la nutrición, y la empuja violentamente y la pone ácida. Con que el alimento es vomitado, y ese humor es rechazado bajo la piel, y causa en el individuo la falta de color y enfermedades semejantes a la hidropesía.

Así que hay que tomar precauciones del modo siguiente. El tratamiento más rápido es dar a beber eléboro aumentándolo gradualmente, como he dejado descrito antes. Pero la curación más segura es por medio del tratamiento dietético siguiente. En primer lugar, hay que producir un vómito después de un baño caliente, luego aumentar la comida durante siete días hasta alcanzar lo habitual. Al décimo día tras el vómito que vomite de nuevo, y que se reanude el tratamiento según la misma progresión. Hasta por tercera vez hágase de este modo. Que practique carreras sencillas, pocas y rápidas, y saltos y flexiones de brazos, y fricción, con una larga permanencia en el gimnasio y lucha por el suelo. Numerosos paseos después de los ejercicios, y también después de comer, y muchísimos de mañana. Que se dé fricciones recubierto de polvo. Cuando quiera bañarse, que tome un baño caliente, y que persista sin almorzar durante todo este tiempo. Y si se repone en un mes, que luego se trate con el método conveniente hasta el restablecimiento total. Y si persiste algún resto, continuar con los tratamientos.

[**77**] Hay algunos que tienen ardores de estómago al día siguiente de una noche en que se les origina secreción de un hartazgo. Así que, al agitarse el cuerpo después del descanso nocturno, tomando una respiración de ritmo más frecuente, se expulsa forzadamente con el aire expirado algo caliente y ácido. De esto se originan dolencias a no ser que uno actúe con precaución. A estos pacientes les conviene también ser medicados como los del caso anterior. Pero que practiquen más ejercicios.

[**78**] A algunos les suceden estos síntomas siguientes. En individuos que tienen cuerpos de carne densa, cuando los alimentos se recalientan y se disuelven durante el primer sueño, al calentarse la carne por efecto de los alimentos y por el sueño, se produce una abundante secreción de la carne, que es húmeda. Entonces la carne, que es densa, no acepta el alimento, y el humor segregado de la carne, oponiéndose a la nutrición y rechazándola, ahoga al paciente y lo recalienta, hasta que vomita. Luego comienza a encontrarse más ligero. Ninguna tensión se presenta visible en el cuerpo, pero hay falta de color. Al avanzar el tiempo se presentan ya fatigas y enfermedades. Éstos sufren algo parecido a aquellos que, no habiendo practicado la gimnasia, de pronto, se lanzan a los ejercicios, y provocan una violenta y abundante licuefacción de la carne.

A tales individuos hay que tratarlos del modo siguiente. Suprimirles un tercio de sus alimentos; recurrir a comidas ácidas, secas, astringentes, bien olientes y diuréticas, y a muy numerosas carreras de fondo con la ropa puesta, y a los *díaulos* y carreras sencillas desnudo, y a friegas y un poco de lucha libre: pelea de manos ⟨tanto la pelea de manos como el golpear el saco de boxeo son de lo más conveniente⟩. Y muchos paseos después de los ejercicios, y también matutinos y después de la comida. El ejercicio de la voz

resulta oportuno, pues provocando una evacuación de la humedad aligera la carne. Conviene pasarse sin almuerzo. Recurrir a estos hábitos durante diez días; luego recobrar la mitad de la comida que se había eliminado en el plazo de seis días, y producir un vómito, y después del vómito aumentar gradualmente la comida durante cuatro días. Cuando se cumplan los diez días a partir del vómito, que se recobre toda la comida suprimida. Que continúe con los ejercicios y los paseos y se encontrará sano. Una naturaleza semejante requiere mayor dosis de ejercicio que de alimentación.

Padecen algunos los siguientes síntomas[87]. En sus [**79**] deposiciones evacuan el alimento húmedo, sin digerirlo, no por causa de una enfermedad como la lientería, ni tampoco les causa esto ninguna molestia. Sino que padecen esto sobre todo los que tienen vientres fríos y húmedos. En efecto, a causa de la frialdad no llegan a digerir del todo, y a causa de la humedad evacuan. Por consiguiente, el cuerpo se consume, al no recibir la nutrición conveniente, y las tripas se corrompen y caen en un estado enfermizo.

Con que hay que tomar precauciones. Le conviene a este paciente suprimir la tercera parte de sus alimentos. Su alimentación ha de consistir en panes de harinas gruesas, sin levadura, cocidos en el *clíbano*, o bajo las cenizas, calientes y mojados en un vino astringente; en cuanto a los pescados ⟨que tome⟩ las partes del lomo y de la cola, pues las de la cabeza y del bajo vientre son más húmedas; ya sean hervidos en salmuera, o bien a la plancha en vinagre. También carnes conservadas en sales o en vinagre, y carnes de perro hervidas. También carne de paloma torcaz y aves parecidas, hervidas o asadas. Hortalizas lo menos posible. Y vino tinto, bastante puro y astringente.

Que también se aplique a los paseos, muchos, después de la comida y al alba, y que se eche a descansar tras el paseo. Y carreras de fondo, con progresión calculada. Que se dé muchas fricciones; y luchas cortas, tanto con el cuerpo untado como por tierra, a fin de que la carne, recalentándose, se reseque y rechace por revulsión la humedad que le viene del vientre. Friccionarse con ungüentos es mejor que bañarse. Pasarse el día sin almorzar. Cuando se cumplan siete días, recupérese la mitad de la comida suprimida, y provóquese un vómito, y aumentar la alimentación en cuatro días. En otra semana que vuelva todo a lo habitual. Y tras hacer de nuevo un vómito continuar con el mismo método.

[**80**] A algunos otros les suceden los síntomas siguientes. Las deposiciones se evacuan sin digerir, y el cuerpo se les consume al no aprovechar los alimentos; éstos con el curso del tiempo enferman. Sus tripas están frías y secas, y, por tanto, cuando no usan de alimentos ni ejercicios gimnásticos adecuados padecen esos trastornos. En efecto les conviene a éstos tomar panes de harina pura y cocidos al horno, y pescados hervidos con

salsa, carnes de cerdo hervidas, pies de cerdo bien cocidos, y carnes grasas asadas, y de las cosas ácidas y saladas aquellas que humedecen, y salazones. Y vinos tintos dulces, y uvas e higos en las comidas. Conviene también que almuercen un poco.

Que practiquen pocos ejercicios gimnásticos, carreras largas en gradación, y al final carreras sencillas, y lucha tras la carrera con el cuerpo untado en aceite. Pero no muchos paseos después de los ejercicios; tras la comida sólo para desentumecerse. Pero recurrir a más frecuentes paseos al alba. Darse el baño con agua caliente. Darse fricciones de ungüento. Que tenga un sueño más largo y descanse sobre blando. Coviene que tenga algunos contactos sexuales. Suprimir un tercio de los alimentos. En doce días reconducirle a la alimentación habitual.

Hay quienes tienen unas deposiciones húmedas y [**81**] putrefactas, pero que en lo demás están sanos y hacen ejercicios, y no sienten dolores. Y algunos se desentienden de sus ocupaciones. Al pasar el tiempo, el vientre con su calor atrae entonces las carnes, y provoca dolor. Se niegan a comer, el vientre se les ulcera y entonces resulta difícil estreñirlo. Así que es preciso tomar precauciones antes, al advertir que el vientre está caliente y húmedo más de lo normal, y que se está produciendo en él un exceso de esfuerzos inconvenientes. Hay, en efecto, que refrescarlo y resecarlo por medio de la dieta.

Con que primero hay que suprimir la mitad de los ejercicios gimnásticos, y una tercera parte de los alimentos. Hacer uso de pan de cebada amasado bien, de harinas gruesas, y de los pescados más secos hervidos, no de los salados ni de los grasientos; pueden tomarse también a la brasa. En cuanto a las carnes de ave, tomar cocidas las de paloma torcaz y pichón, y asadas sin condimentos las de perdices y de gallinas; las de liebre que sean hervidas en agua. De las hortalizas silvestres todas las que son refrescantes, y las acelgas hervidas y con vinagre. El vino tinto, como astringente.

Como ejercicios gimnásticos carreras rápidas. Que no se dé muchas fricciones, sino pocas, y tampoco haga lucha. La lucha con las manos, el movimiento de brazos, el golpear el saco, y el revolcarse por el suelo resultan convenientes, pero no en cantidad. Que practique los paseos especialmente después del gimnasio, bastantes y en proporción con el ejercicio, y muchos más después de comer en proporción con la comida, y de mañana de manera ajustada a su disposición personal. Y que se bañe tranquilamente en agua tibia. Después de haber llevado este régimen de vida durante diez días recupérese la mitad de la comida y el tercio de los ejercicios. Y provocar un vómito tras haber comido cosas secas y astringentes, y sin retener un rato la comida, sino que vomite lo más pronto posible. A partir del vómito, auméntese gradualmente la comida durante cuatro días, así

como la bebida y los ejercicios, poco a poco. Cuando se cumpla la decena añádase lo restante de la comida ⟨habitual⟩ y algo menos de los ejercicios y tras provocar un vómito, continúese con el mismo tratamiento. Durante esta época conviene hacer una sola comida al día hasta que se reponga.

[**82**] A otros les sucede que tienen una deposición seca y quemada, y la boca reseca, y al pasar el tiempo se les vuelve también amarga, y se les para el vientre y la orina. Pues cuando el intestino no tiene humedad, se hincha en torno a los excrementos y tapona las salidas, causa dolor y produce fiebre, y se vomita todo cuanto se come o se bebe. Al final vomita incluso las heces. Cuando se llega a tal extremo, ya no se puede sobrevivir.

Por lo tanto, hay que precaverse antes advirtiendo que tal persona está dominada por una sequedad caliente. Conviene, por tanto, que este paciente se alimente con pan de cebada bien amasado y humedecido, y pan de alforfón fermentado en caldo de salvado, y tomar verduras frescas a excepción de las ácidas y secas, hervidas; de los pescados tomar los más ligeros hervidos, incluso las cabezas de peces y crustáceos; y mejillones, erizos de mar y cangrejos, y caldos de almejas y las mismas almejas, que sean de las más húmedas; y pies de cerdo delanteros, hervidos; y carnes de cabrito, de cordero y de perro pequeño, hervidas. [En cuanto a pescados, los de ríos y lagos hervidos][88]. El vino dulce, aguado.

Los ejercicios ni muchos ni rápidos, sino que todos moderados. Use de los paseos al alba, suficientes según su disposición personal y después del gimnasio acordes con el esfuerzo realizado. Después de la cena que no pasee. Que tome baños, y unos sueños en blando y almuerzo. Tras el almuerzo una siesta no larga. Que se sirva fruta que humedece tras las comidas. Y guisantes verdes, o secos, mojándolos en agua.

Que en sus ejercicios suprima también este paciente desde un comienzo la mitad de los que hacía anteriormente. Luego que haga un vómito tras tomar alimentos dulces, grasos, salados y oleaginosos, pero que los retenga el mayor tiempo posible en el estómago antes del vomitado. A continuación que vaya aumentando la alimentación durante tres días y que no prescinda del almuerzo. Cuando se cumplan los diez días que se aplique progresivamente a los ejercicios en mayor número. Si se le presenta repleción tras la comida o desarreglos en el estómago, que vomite. Si no, que continúe con este tratamiento el tiempo restante.

Aparecen también los síntomas siguientes. Tienen escalofríos [**83**] después de los paseos de la mañana, y sienten pesadez de cabeza en la medida en que los paseos son superiores a la medida adecuada. Al vaciarse el cuerpo y la cabeza de la humedad se sienten escalofríos y pesadez. Al avanzar el tiempo, se cae en una fiebre que da tiritona.

Con que no conviene dejar que avance hasta este punto, sino tomar medidas de antemano de este modo. Tan pronto como se presente alguno de los síntomas, uno se dará fricciones y ungüentos, un poco, almorzará más de lo acostumbrado, y beberá bastante vino suave, y se dará una buena siesta después de la comida. Por la tarde, después de los ejercicios gimnásticos y de darse un baño caliente, cenará lo acostumbrado. No darse ningún paseo tras la cena, sino sólo entretenerse un rato. Al día siguiente suprimir un tercio de todos los ejercicios y de los paseos, y tomar los alimentos tal como se tenga por costumbre. Darse un baño de agua templada y untarse de aceite mientras se esté en el agua. Descansar durmiendo en blando, y en cinco días aumentar los ejercicios poco a poco.

[**84**] Hay algunos que tienen temblores durante los ejercicios gimnásticos, desde que se desvisten hasta que se encuentran en ellos. Pero en cuanto se enfrían se estremecen de nuevo, y entrechocan los dientes, y están somnolientos. Cuando están despiertos del todo, bostezan muchas veces, y tras el sueño sienten los párpados pesados. Con el paso del tiempo les sobrevienen fuertes fiebres, y deliran. Por tanto hay que precaverse y no dejar que se llegue hasta ese punto, sino tomar el régimen de vida siguiente.

Desde el principio que se supriman la mitad de todos los ejercicios. En todas sus comidas que tomen alimentos bastante húmedos y frescos, y bebidas suaves y más bien aguadas. Cuando se llegue a los cinco días que recupere un tercio de los ejercicios suprimidos, y que tome los mismos alimentos. Al otro quinto día que añada la mitad de los restantes ejercicios. Y, de nuevo, al quinto tras ése recobre todos los ejercicios, más ligeros y menos prolongados, a fin de que no se presente de nuevo el exceso.

En los que padecen estos síntomas, los ejercicios [**85**] son superiores a los alimentos. Así que hay que equilibrarlos[89]. Algunos no los padecen todos, sino unos sí, y otros no. Pero en todos estos casos los ejercicios predominan sobre los alimentos, y el tratamiento ha de ser idéntico. Les conviene a estos individuos bañarse caliente, dormir en blando, emborracharse una vez o dos, pero sin exceso, tener relaciones sexuales tras de haber bebido un poco, y relajarse en cuanto a los ejercicios, con excepción de los paseos.

LIBRO IV

Respecto a los signos que aparecen en los sueños, [**86**] quien tenga un recto conocimiento ⟨de ellos⟩ advertirá que poseen una gran influencia de cara a cualquier asunto. Pues el alma, en tanto que está al servicio del cuer-po despierto, dividiéndose en

muchas atenciones no resulta dueña de sí misma, sino que se entrega en alguna parte a cada facultad del cuerpo: al oído, a la vista, al tacto, al caminar, a las acciones del cuerpo entero. La mente no se pertenece a sí misma. Pero cuando el cuerpo reposa, el alma, que se pone en movimiento y está despierta, administra su propio dominio, y lleva a cabo ella sola todas las actividades del cuerpo.

Así que el cuerpo no se entera, pero el alma despierta lo conoce todo, ve lo visible y escucha lo audible, camina, toca, se apena, reflexiona, quedándose en su breve ámbito. Todas las funciones del cuerpo o del alma, todas ellas las cumple el alma durante el sueño[90]. De modo que quien sabe juzgar estas cosas rectamente posee buena parte de la sabiduría[91].

[**87**] En cuanto a todos los sueños que son divinos y que anuncian, sea a las ciudades o a los particulares, bienes o males, hay personas que tienen el arte de interpretarlos. También aquellos en los que el alma indica de antemano padecimientos del cuerpo, un exceso de plenitud o de vaciedad de las sustancias naturales o una evolución de elementos desacostumbrados, también ésos los juzgan. Y unas veces aciertan, y otras se equivocan, y en ninguno de los casos conocen el por qué de lo que sucede, ni cuando aciertan ni cuando se equivocan, sino que dan consejos a fin de precaverse de que no ocurra algún daño. Mas no enseñan, desde luego, cómo hay que precaverse, sino que recomiendan rezar a los dioses. Cierto que invocar a los dioses es bueno; pero conviene invocar a los dioses y ayudarse a sí mismo[92].

Con esto sucede lo siguiente. Todos los sueños que [**88**] durante la noche reproducen las acciones diurnas del individuo o sus intenciones, que se le presentan como fueron hechas o pensadas durante el día, a propósito de un asunto digno, ésos son buenos para el individuo. Pues indican la salud, ya que el alma persiste en sus proyectos diurnos, sin estar dominada por la repleción ni por la vaciedad ni por ningún otro impedimento llegado del exterior. Pero cuando los ensueños se enfrentan a las acciones del día y se presenta entre ellos sea una batalla o disputas, eso indica una perturbación en el cuerpo. Y si es fuerte, un daño fuerte, y si floja, uno más débil. Sobre si entonces conviene renunciar a la acción o si no, no lo juzgo. Pero aconsejo que se cuide el cuerpo. Pues se ha producido, a partir de una repleción existente, una secreción, y ha perturbado el alma.

Con que, si lo que la obstaculiza es fuerte, conviene provocar un vómito y acudir durante cinco días a alimentos ligeros y recurrir a los paseos matutinos, muchos y rápidos, de acuerdo con una gradación, y practicar ejercicios gimnásticos proporcionados al gradual aumento de los alimentos. Si lo que se opone es más débil, suprímase el

vómito y un tercio de los alimentos; y aumenta gradualmente y poco a poco éstos otra vez a lo largo de cinco días. Además insistir en los paseos, y practicar los ejercicios de la voz, y rogar a los dioses, y la perturbación pasará.

[**89**] Ver el sol, la luna, el cielo y las estrellas, puros y radiantes, cada uno en su aspecto ordinario, es buen síntoma. Pues con todos estos signos se indica la salud del cuerpo. Así que conviene velar por mantener esa disposición con la dieta que se siga. Si sucediera algo contrario a esto, indica alguna enfermedad para el cuerpo, con signos más violentos más violento, y más flojo con signos más débiles.

Así que la órbita exterior es la de las estrellas, la intermedia la del sol, y la de la luna es la que da a las cavidades internas[93]. Siempre que alguna de las estrellas se ve alterada o desaparece o es detenida en su giro por una bruma o por una nube, se trata de un signo más bien débil. Pero si lo es por agua o por granizo, más fuerte. Indica que se ha producido en el cuerpo una secreción húmeda y flegmática[94] que se ha introducido en el circuito exterior.

A tal paciente le conviene esforzarse en las carreras con vestido, muchas, que aumenten a partir de poco, a fin de que exude lo más posibe, y también que haga muchos paseos a la salida del gimnasio, y que se mantenga sin desayunar. Después de haber suprimido un tercio de sus alimentos que lo reponga gradualmente en cinco días. Y si pareciera que ⟨el obstáculo⟩ es más violento, que se sirva también de baños de vapor. Conviene, pues, que la eliminación se haga a través de la piel, puesto que el daño está en el circuito exterior. Los alimentos tomarlos secos, ácidos, astringentes, puros, y en los ejercicios practicar los que desecan al máximo.

Si es la luna la que sufre alguno de esos procesos, conviene provocar la revulsión hacia dentro, recurrir a un vómito después de alimentos ácidos, salados y emolientes, y a carreras veloces y a paseos, y a ejercicios de la voz, y a suprimir el almuerzo, y a privarse de la comida y a recobrarla gradualmente del mismo modo. Hay que hacer la revulsión hacia dentro por este motivo: porque el daño se mostró cerca de las cavidades del cuerpo.

Si es el sol el que sufre algo semejante, entonces eso es más violento y más difícil de eliminar. Hay que hacer la revulsión en ambos sentidos; practicar las carreras largas y las cortas, los paseos y todos los restantes ejercicios, y la supresión de alimentos y su recuperación gradual del mismo modo. Enseguida, tras haber vomitado, aumentar de nuevo en cinco días.

Si los astros se ven oprimidos, estando el cielo sereno, y parece que están débiles, ⟨el paciente⟩ está dominado por la sequedad del circuito y ⟨esto⟩ indica riesgo de caer en

enfermedad. Entonces hay que eliminar los ejercicios, adoptar un régimen de vida más húmedo y suave, con baños, abundante reposo, y mucho dormir, hasta reponerse.

Si lo que se opone parece ser fogoso y cálido, indica una secreción de bilis. Si estos accidentes dominan, indica enfermedad. Si los astros vencidos desaparecen, hay riesgo de que de la enfermedad se llegue a la muerte. Y si lo que se opone pareciera haber sido puesto en fuga, y huir rápidamente, y que los astros lo persiguen, hay riesgo de que el paciente enloquezca, a no ser que sea curado. A todos éstos les conviene sobre todo que sigan un régimen hasta el final, tras haberse purgado con eléboro. De no ser así, conviene que sigan una dieta con agua, y que no beban vino, a no ser blanco, ligero, suave y aguado. Que se abstengan de alimentos calientes, ácidos, resecantes, y salados. Que ⟨el paciente⟩ practique muchísimos ejercicios naturales y muchísimas carreras con vestido. Que no haya ni fricción, ni lucha, ni revolcarse por el suelo. Que duerma mucho y en blando. Que mantenga reposo, al margen de los ejercicios naturales. Que pasee después de las comidas. Es bueno también que tome baños de vapor. Y que vomite después del baño de vapor. Que durante treinta días no se llene ⟨en las comidas⟩. Que cuando se llene, vomite tres veces al mes tras ingerir alimentos dulces, aguados y ligeros.

Siempre que un astro va errante de un lado a otro sin necesidad, eso es indicio de una perturbación causada por la inquietud. A este paciente le conviene relajarse. Que vuelva su alma hacia los espectáculos, sobre todo los cómicos, y si no, hacia lo que más se regocije en contemplar, durante dos o tres días, y se repondrá[95]. De lo contrario, hay riesgo de que caiga enfermo.

Si alguna de las estrellas parece precipitarse fuera de su órbita, siempre que sean puras y brillantes y caigan hacia oriente, es indicio de salud. Cualquier cosa que, siendo pura, es secretada fuera del circuito de acuerdo con la naturaleza de oeste a este, está bien. Pues también lo que se segrega en el vientre y lo que se vierte en la carne sale todo fuera del cir cuito. Pero si ⟨el astro⟩ es negro y turbio y parece que se desplaza hacia el oeste, o hacia el mar o hacia la tierra o hacia arriba, eso indica enfermedades. Los que van hacia arriba derrames en la cabeza; los que van hacia el mar dolencias de vientre; y cuantos van hacia tierra, indican sobre todo tumores que se producen en la carne.

En estos casos conviene reducir un tercio de la alimentación, y después de vomitar aumentarla gradualmente en cinco días, y en otros cinco recobrar toda la alimentación habitual. Y tras hacer un nuevo vómito recuperarla con la misma progresión.

Cuando te parezca que un cuerpo celeste se establece sobre ti, si es puro y húmedo indica que tienes salud, puesto que lo que se introduce en el hombre desde el éter es puro, y así lo ve el alma tal cual penetra. Pero si es algo negro, impuro y opaco, indicio

es de enfermedad, no por repleción ni por vaciedad, sino por intervención de algo exterior. A este individuo le conviene practicar carreras sencillas veloces, a fin de que la fusión del cuerpo sea la mínima posible y que al servirse de una respiración muy rápida se expulse el influjo extraño. Después de las carreras ⟨conviene darse⟩ paseos rápidos. La dieta que se adopte ha de ser suave y ligera durante cuatro días.

Cualquier cosa que parezca que se recibe pura de la divinidad pura es buena para la salud. Pues indica que las cosas que penetran en el cuerpo son puras. Cuando parece que se ve lo contrario de esto, no es bueno. Pues indica que algo enfermizo ha penetrado en el cuerpo. Es preciso, entonces, que también este paciente sea tratado como el del caso anterior.

Si parece que está lloviendo con una lluvia suave en un día sereno, y que no diluvia fuertemente ni hay gran tempestad, buen síntoma. Pues indica que el aire respirado que viene del aire externo es adecuado y puro. Si es lo contrario a eso, que llueve mucho y hay tormenta y vendaval con agua turbia, es indicio de enfermedad procedente del aire ingerido. Es preciso que también esta persona sea tratada de la misma manera, pero con muy pocos alimentos en conjunto.

Con estos conocimientos sobre los signos celestes, en efecto, hay que tomar precauciones y seguir un régimen, y rogar a los dioses; dando gracias por los buenos presagios a Helios, a Zeus Celeste, a Zeus Protector del hogar, a Atenea protectora del hogar, a Hermes, a Apolo, y en los casos contrarios a los que apartan los males, a Gea, y a los Héroes, para que todos los elementos dañinos sean apartados[96].

[**90**] Son indicio de salud también estos signos: ver y oír agudamente lo que sucede sobre tierra, caminar con firmeza y correr con seguridad y rapidez sin miedo, ver la tierra lisa y bien trabajada, y los árboles florecientes, y cargados de frutos y bien cuidados, y ríos que fluyen con normalidad y con agua clara ni más ni menos de la conveniente, y las fuentes y los pozos por el estilo. Todo eso indica salud en el hombre, y que el cuerpo y sus circuitos y las aportaciones del exterior y las secreciones están en orden.

Pero si se viera cualquier cosa contraria a éstas, indica algún desarreglo en el cuerpo. Si están dañados la vista y el oído, es indicio de una enfermedad en la cabeza; entonces hay que dar muy numerosos paseos por la mañana y después de la comida, además del régimen de antes. Si son las piernas las afectadas, hay que provocar una revulsión con vómitos, y hay que recurrir a la lucha libre con mayor frecuencia además del régimen indicado en el caso anterior.

Una tierra abrupta indica que la carne no está limpia. Hay que dar muy numerosos paseos después de los ejercicios. Falta de frutos en los árboles señala corrupción del

semen humano. Si los árboles pierden las hojas, el daño procede de lo húmedo y lo frío; pero si están rozagantes, pero sin frutos, de lo cálido y seco. En un caso, pues, hay que caldear y secar con los hábitos de la dieta, en el otro enfriar y humedecer.

Ríos que no van con un curso normal indican desarreglos en la circulación de la sangre; si fluyen de más un exceso, si fluyen de menos una falta. Es preciso que, por medio del régimen dietético, en un caso se aumente y en otro se disminuya. Cuando no fluyen puros indican perturbación. Se elimina por medio de carreras sencillas y paseos que crean un movimiento con respiración de ritmo rápido.

Fuentes y pozos dan indicaciones sobre la vejiga; entonces hay que purificar con diuréticos. Un mar agitado indica una dolencia de vientre; entonces hay que purgar con ayuda de laxantes ligeros y suaves. Tierra o una casa que tiemblan indican, para un hombre sano, una debilidad, y para un enfermo salud y cambio de la situación actual. Para el sano, pues, le conviene cambiar de dieta: que empiece por vomitar, para recuperar luego su dieta normal poco a poco. Porque todo su cuerpo es perturbado por su dieta actual. En cambio al que está enfermo le conviene recurrir a la misma dieta; pues su cuerpo está ya cambiando con el régimen actual.

Ver la tierra inundada por el agua o por el mar indica enfermedad, por existir mucha humedad en el cuerpo. Así que hay que recurrir a los vómitos, y a suprimir el almuerzo, y a los ejercicios y a seguir un régimen seco. Luego recobrar lo habitual desde poco y lentamente.

Tampoco es bueno ver la tierra negra ni abrasada, sino que hay riesgo de enfrentarse a una enfermedad violenta y mortal. Pues eso es indicio de un exceso de sequedad en la carne. Entonces hay que suprimir los ejercicios, y de la alimentación todo lo seco, cálido, ácido, y diurético. Que esté a dieta de caldo de cebada bien hervido, y de todas las otras cosas emolientes y ligeras, en pequeña cantidad, y más vino blanco aguado, y muchos baños. Que no se bañe sin haber comido, que descanse en blando, que repose, que se guarde del frío y del sol. Y hacer plegarias a Gea, a Hermes[97], ya los Héroes.

Si uno ve que se sumerge en un lago o en el mar o en ríos, no es buen signo. Porque indica un exceso de humedad. A este le conviene resecar mediante su dieta, y ejercicios más numerosos. Pero para quien tenga fiebre es bueno; pues lo caliente se apaga con lo húmedo.

[**91**] Si uno ve que algo se le ajusta en torno a su talle de modo normal, sin venirle más grande o más pequeño, es un indicio bueno para su salud. También ver que es blanco el vestido que se tiene y un calzado bellísimo, es bueno. Pero si fuera algo más amplio que la propia figura, o más estrecho, no es bueno. Entonces hay que aumentar

con la dieta en un caso, o disminuir en el otro. Los vestidos negros son más enfermizos y más peligrosos. Entonces hay que ablandar y humedecer. Y los nuevos indican un cambio.

[**92**] Ver a los muertos limpios con vestimenta blanca es bueno, y recibir de ellos algo puro es indicio de salud, tanto del cuerpo como de lo que en él se introduce. De los muertos, en efecto, nacen la nutrición, el crecimiento y las simientes[98]. Que estos penetren puros[99] en el cuerpo es indicio de salud.

Si, al contrario, uno los viera desnudos o con ropas negras, o impuros, o tomando o llevándose algo de la casa, no es favorable. Pues indica enfermedad. Que lo que se introduce en el cuerpo es dañino. Entonces es preciso purgarse mediante carreras sencillas y paseos, y, después de vomitar, irse recuperando con una nutrición emoliente y ligera.

[**93**] Todos los cuerpos de forma extraña que aparecen en los sueños y espantan al hombre indican una repleción de alimentos desacostumbrados y una secreción, flujo bilioso y una enfermedad peligrosa. Entonces hay que producir un vómito y aumentar luego gradualmente los alimentos en cinco días, con los más ligeros, ni abundantes ni ácidos, ni con los secos ni los calientes, y con aquellos ejercicios que son justamente acordes a lo natural, con excepción de los paseos de después de comer. Servirse también de baños calientes y del reposo. Cuidarse del calor y del frío.

Cuando en el sueño le parece a uno que come o bebe las bebidas o alimentos de costumbre, es indicio de necesidad de nutrición y de deseo del alma. Si son carnes, las muy fuertes un exceso muy grande, las más débiles menos. Lo que es bueno al comerlo, también es así al soñarlo. Conviene suprimir alimentos, en efecto, ya que indica un exceso de comida. También los panes hechos con queso y miel indican lo mismo. Que se beba agua clara no es dañino. Todo lo demás es dañino.

Todas las cosas, de las habituales, que una persona cree contemplar ⟨en sueño⟩ son indicio de un deseo del alma. Lo que uno rehúye espantado indica una retención de sangre debida a la sequedad. Es conveniente ⟨entonces⟩ enfriar y humedecer el cuerpo.

Cuando uno se pelea o es punzado o atado por otro, eso indica que una secreción contraria al circuito se ha producido en el cuerpo. Es conveniente vomitar, desecar y pasear; tomar alimentos ligeros y aumentarlos tras el vómito durante cinco días.

También los vagabundeos y ascensiones penosas indican lo mismo. Vadear ríos, hoplitas, enemigos, monstruos de formas extrañas, indican enfermedad o locura. Conviene servirse de pocos alimentos, ligeros, suaves, y de vómitos, recobrarse luego en cinco días tranquilamente, y practicar numerosos ejercicios naturales, excepto después de

la cena, y evitar el baño caliente, el relajamiento, el frío y el sol.

Sirviéndose de estos preceptos, según quedan descritos, se mantendrá una vida sana. Aquí queda descubierta por mí la dieta, en la medida que puede descubrirla quien es humano, con la ayuda de los dioses.

[1] La insistencia en que muchos ya han escrito o compuesto tratados sobre el tema —ya que el verbo repetido varias veces por el autor, *syngráphō*, puede tener en la época este preciso sentido— resalta que la literatura sobre dietética era abundante a comienzos del s. IV a. C. (si aceptamos la fecha más habitualmente admitida para este tratado). En el *CH* nos quedan unas pocas muestras de ésta, en *Sobre la dieta en las enfermedades agudas, Sobre la dieta saludable*, y en *Sobre las afecciones* (caps. 39-41). No sólo médicos, sino también preparadores de gimnastas estaban muy interesados por el tema, tal era el caso de un Heródico de Selimbria. La postura que nuestro escritor adopta frente a sus predecesores le caracteriza como un ecléctico consciente y crítico, que presume de culminar con su obra de conjunto y su visión amplia una tarea tradicional. Cf. W. D. SMITH, «The Development of Classical Dietetic Theory», en *Hippocratica*, París, 1980, páginas 439-448.

[2] La oración es muy interesante y merece ser citada en griego: *ou gignṓskontes hóti tês autês esti dianoíēs gnônai tà orthôs eirēména, exeureîn te tà mḗpō eirēména*. Traduzco *dianoía* por «proceso intelectual», como hace R. Joly.

[3] El autor insiste, con varios verbos, en la importancia de su aportación: de un lado confirmará lo dicho, de otro mostrará algo nuevo y dará su demostración *(egṑ... prosomologḗsō, dēlṓsō..., egṑ epideíxō.)* Todo este prólogo está muy cuidado; en cambio, el párrafo final de la obra, en que vuelve a insistir en su aportación, parece un tanto apresurado.

[4] Este párrafo en que se sostiene que, para escribir de dietética, hay que conocer y discernir previamente la naturaleza del hombre en general (*prôton mèn pantòs phýsin anthrṓpou gnônai kaì diagnônai*) ha sido objeto de múltiple atención, por su afirmación de un fundamento filosófico y por su cercanía a la alusión platónica al método hipocrático en un famoso pasaje del *Fedro* platónico. Cf. la «Introducción general», a *Tratados hipocráticos*, I, Madrid, 1983, págs. 32-7, y la Introd. a *Sobre la dieta*, pág. 15.

[5] Traduzco aquí *dýnamis* por «cualidad», mientras que más adelante utilizo también el término «influencia». Me parece imposible recoger en un solo vocablo la amplitud semántica del término griego; del mismo modo que resulta imposible recoger siempre su relación con *dýnamai* «poder». La traducción del término por «potencia», como en los textos aristotélicos, resultaría impropia; *dýnamis* se hace un término técnico más preciso en la filosofía de Aristóteles; pero ya en los textos hipocráticos tiene una notable importancia como categoría fundamental y concepto general; así, p. ej., podemos recordar sus usos en *Sobre la medicina antigua*. Para más detalles, cf. H. W. MILLER «The concept of Dýnamis in *De victu*», *Trans. Amer. Philol. Assoc.*, 90 (1959), 147-64, y G. PLAMBÖCK, *Dynamis im Corpus Hippocraticum*, Mainz, 1964.

[6] La relación entre ejercicios *(pónoi)* y comidas *(sîta)* y bebidas *(potá)* es uno de los ejes sobre los que pivota todo el tratamiento dietético. La consideración de las *dynámeis* de alimentos y ejercicios en contraposición ocupa la mayor parte de los libros II y III. La descomposición del equilibrio saludable entre unos y otros es la causa de las enfermedades, que pueden curarse mediante un apropiado régimen dietético. Aquí aparecen los conceptos un tanto elementales de «gasto» y de «repleción del vacío» en los que se funda la explicación de los procesos fisiológicos básicos en la dieta. La oración alude, pues, a los procesos de *kénôsis* y de *plḗrôsis* que constituyen el movimiento alternado en el que se basa el funcionamiento saludable del cuerpo, siempre que se da la proporción justa de uno y otro *(tàs symmetrías tôn pónōn pròs tò plêthos tôn sìtōn). Pónoi* lo traducimos por «ejercicios físicos»; pero *pónos* en griego supone siempre la noción de un esfuerzo considerable, fatigoso *Pónoi mèn gàr pephýkasi analôsai tà hypárchonta sîta dè kaì potà ekplērôsai tà kenōthénta*, así se enuncia este postulado básico.

[7] La importancia de los factores meteorológicos, como los cambios de estación, orientación de los lugares, los diversos vientos y climas, etc., es algo que el médico hipocrático suele tener en cuenta; ver, p. ej., *Sobre los aires, aguas y lugares*, en general, o *Sobre la dieta en las enf. agudas*, caps. 28, 35, 45-8. La expresión *toû hólou kósmou* «del universo entero» no parece tener aquí un significado preciso (como más tarde, en cap. 10), sino tan

sólo un sentido vago y general, refiriéndose a «todo el ambiente», las circunstancias en las que se produce la enfermedad.

[8] La exactitud, *akríbeia*, es algo imposible en un terreno como éste, donde la ciencia está siempre referida a un conocimiento de lo individual. La teoría no es, por sí misma, suficiente, de modo que el análisis de lo general no conduce a una investigación completa o autosuficiente *(Taûta dè pánta diagnṓnti oúpō autárkes tò heúrēmá estin)*. Es un tema que ya está advertido en *Sobre la medicina antigua* 9 y 12. En cuanto *téchnē*, la medicina no alcanza una exactitud absoluta, sino que está limitada por su propio objeto. «Con exactitud», *es akríbeian*, sólo puede actuar el médico en casos concretos; las prescripciones generales tienen una limitada imprecisión.

[9] El concepto de *prodiágnōsis* es el descubrimiento fundamental, el «hallazgo», *heúrēma*, del autor de este tratado, y en éste asienta su orgullo como investigador. A diferencia del pronóstico, tal como se delimita en el tratado de ese nombre, esta *prodiágnōsis* o «diagnóstico previo» se orienta no a definir la dolencia mediante una atención al curso de la misma, sino a prevenirla y evitarla. Tenemos aquí el concepto de un tratamiento preventivo, que trata de evitar la enfermedad buscando recobrar el equilibrio perdido a partir de los síntomas iniciales de la misma, sin permitirle un pleno desarrollo. Mantener la salud, amenazada por un exceso, es el objetivo: *prokatalambánein tēn hygieían*, como dirá luego; para ello hay que estar prevenido mediante un saber de la dieta conveniente.

[10] *Allà katà mikròn syllegómenai athróos ekphaínontai (hai noûsoi)*. Este desarrollo latente de las enfermedades es lo que hace posible la actuación preventiva subsiguiente a la *prodiágnōsis*, que opera sobre los primeros indicios o síntomas del mismo, como base semiótica.

[11] *Diaphóroin tḕn dýnamin, symphóroin tḕn chrḗsin*, que podríamos verter como «divergentes por su cualidad, convergentes por su utilidad», si quisiéramos conservar algo del juego de palabras, buscado por el autor. En su funcionamiento, los dos elementos, contrapuestos polarmente, originan una tensión que es armónica y vital, muy de acuerdo con las teorías de ciertos filósofos presocráticos.

[12] La actuación contrapuesta del fuego y del agua como principios cósmicos fundamentales (aunque derivados del aire) la expuso Arquelao, discípulo ateniense de ANAXÁGORAS (cf. KIRK-RAVEN, *Los filósofos presocráticos*, trad. esp [a]. J. GARCÍA FERNÁNDEZ, Madrid, 1969, páginas 551 y sigs.), y también Hipón de Regio (*ibid*., pág. 131). Que el agua es nutrición para el fuego se dice también en *Sobre las carnes*, cap. 6, y en *Acerca del alma* de ARISTÓTELES (II 4, 8, 416a), y es negado en *Sobre las enfermedades* IV.

[13] Las cuatro cualidades fundamentales se encuentran ya en la teoría cosmológica de Empédocles; pero la presencia de cualidades diversas en los elementos contrapuestos puede relacionarse con la concepción anaxagorea de la materia, quizás a través de Arquelao. (Cf. R. JOLY, *Recherches sur le traité pseudo-hippocratique Du régime*, París, 1961, pág. 21.)

[14] Esta sentencia y las siguientes parecen ecos de las teorías de EMPÉDOCLES (frs. 9, 17) y de ANAXÁGORAS (frs. 17 y 21), especialmente de éste.

[15] Aquí tenemos la oposición entre lo «visible», *tà horeómena*, y lo que se juzga por la «razón», *gnṓmē*, que es característica de algunos pensadores presocráticos, pero que resulta menos usual en un médico. Este uso de *gnṓmē* «razón», es interesante, y se da en otros pasajes. En las líneas siguientes se detecta un cierto «pastiche» del estilo de Haráclito en las contraposiciones y antítesis. Sin embargo, como indica Joly, la influencia anaxagórea es más profunda que la del efesio (cf. JOLY, *Recherches*..., págs. 21-26).

[16] De esta oración: *Tà dè álla pánta, kaì pyschḕ anthrṓpou kaì sôma hokoîon he psychḕ, diakosmeîtai*, se han dado varias interpretaciones. Me parece que hay aquí una huella de las teorías de Anaxágoras acerca del orden impuesto sobre el mezclarse y disgregarse de los elementos radicales en las cosas. *Pánta diekósmēse noûs* dice el filósofo en su amplio fr. 12, que explica ese orden cósmico por la acción de la Mente, *noûs*, que, en cambio, queda sin mencionar en nuestro texto, silencio que me parece significativo. Al autor de *Sobre la dieta* sólo le interesa resaltar que hay un orden natural, no quién fue el ordenador del mismo.

17 La imagen de los dos trabajadores con la sierra, en una acción aparentemente opuesta pero concorde, le habría gustado, sin duda, a HERÁCLITO (cf. sus frs. 59 y 60). Otras dos veces, en los caps. 7 y 16, repite nuestro autor el ejemplo.

18 La concepción del «alma» *(psychḗ)* es claramente materialista. Principio de vida que impregna, podríamos decir, el cuerpo animándolo, necesita un espacio adecuado en un cuerpo adecuado. Hay algo universal en el alma, pero hay algo específico en cada una, es decir, cada tipo de alma corresponde a una especie animal.

19 Sobre la influencia de Anaxágoras, cf. JOLY, *Recherches*..., páginas 26-35, y C. W. MÜLLER, *Gleiches zum Gleichem*, Wiesbaden, 1965, págs. 122-26.

20 En estos párrafos la concepción de la *psychḗ* como *spérma* se nos presenta de un modo muy rápido. Probablemente la idea era conocida. Había sido mantenida por Hipón de Regio, según apunta ARISTÓTELES (en *Acerca del alma* I 405 b), y la recoge también PLATÓN en un pasaje del *Timeo* 73b-c. Para mayores explicaciones sobre esta concepción embriológica, véase JOLY, *op. cit*., págs. 29 y sigs.

21 Es muy probable la inspiración pitagórica en este pasaje sobre la proporción armónica del alma; acaso a través de Filolao.

22 *koilíē*, la «cavidad» central, por así decir, del cuerpo.

23 *sárkes*. Por «venas cavas» he traducido *koîlai phlébes*.

24 Es muy interesante esta formación del feto, en la que el principio activo es el fuego, que asume también el papel de «ordenador», como era el *noûs* en el *kósmos* de Anaxágoras. De nuevo aparece el verbo *diakosméo*, con el sentido de «organizar» u «ordenar», grato a Anaxágoras. *Henì dè lógōi pánta diekosmḗsato katà trópon autò heōutôi tà en tôi sṓmati tò pŷr; apomímēsin toû hólou, mikrà pròs megála kaì megála pròs mikrá* es una sentencia solemne, que anuncia la comparación del microcosmos y el macrocosmos, que luego reaparecerá en otro contexto. Se ha comentado que, tal vez, haya aquí algún eco de doctrinas orientales, pero no parece justificado. La comparación es antigua en el pensamiento griego. JOLY (*Recherches*..., págs. 39-52) que comenta con amplitud el pasaje, prefiere pensar en influencias pitagóricas.

25 Lo invisible se manifiesta a través de lo visible, como se dice en la famosa sentencia de ANAXÁGORAS: *ópsis adḗlōn tà phainómena* lo aparente es visión de lo invisible (21 A). Este es un principio muy importante para el médico, que por los síntomas aparentes reconoce dolencias internas, «mediante la visión de la inteligencia», *têi tês gnómēs ópsei*, según decía el autor del *Perì téchnēs*.

26 Pero la mayoría, los hombres en general, desconocen tal hecho: *hoi dè ánthrōpoi ek tôn phanerôn tà aphanéa sképtesthai ouk epístantai. téchnēisi gàr chreṓmenoi homoíēisi anthrōpínēi phýsēi ou gignṓskousin*. He aquí un tema propio de Heráclito: el desconocimiento con que deambulan cual sonámbulos los humanos. Las líneas siguientes evocan con su estilo brevilocuente y antitético las sentencias densas de Heráclito. Sobre la imitación de la naturaleza en las artes y técnicas humanas, véase lo que dice ARISTÓTELES, en su *Física* II 8.

27 *Theôn nóos* es una expresión que encaja en la mentalidad religiosa tradicional que parece sustentar el autor, como se ve luego en algunos textos del libro IV.

28 Esa oposición entre *phýsis* y *nómos* (ya aludida al final del capítulo 4) es un tema tópico en la época de la sofística, *nómos* «convención» o «ley», es lo que los humanos han dispuesto *(diéthesan)*, mientras que la «naturaleza» la ordenaron los dioses *(theoì diekósmēsan)*.

29 La mántica es la primera entre las varias *téchnai* que el autor presenta (caps. 12-24) como ejemplos de la *mímēsis* inconsciente, con la que las artes parodian procesos naturales. Como se ve, se guarda de negar el valor de la adivinación, aunque sugiere que algunos adivinos se equivocan (de modo parecido se expresa a propósito de la adivinación de los sueños, en el comienzo del libro IV). Sobre el tema de la *mímēsis* en el pensamiento griego de la época, véanse los textos que cita JOLY, *Recherches*..., págs. 53-75, así como sus precisiones sobre lo peculiar de nuestro texto, en el que la influencia más probable es la pitagórica, aunque un tanto difusa.

[30] Aceptamos la corrección al texto propuesta por H. KOLLER (en *Die Mimesis in der Antike*, Berna, 1954, pág. 60) y por JOLY (*op. cit.*, pág. 57). Los manuscritos dicen que «la lengua imita a la música». Todo este párrafo sobre música suena a pitagórico.

[31] Es interesante recordar aquí los términos griegos, que resultan más amplios que su traducción castellana, p. ej., *grammatikḗ* «escritura», o *schḗmata* «figuras», «signos gráficos» y «letras» (y aquí sólo los signos vocálicos). Dice así el texto: *Grammatikḕ toiónde. schēmátōn sýnthesis, semeîa phonês anthropínēs, dýnamis tà paroichómena mnēmoneûsai, tà poiētéa dēlôsai*. La relación entre las siete vocales (o signos vocálicos, *schḗmata)* y los siete sentidos (también *schḗmata* «estructuras») es, evidentemente, mucho más convencional de lo que el autor advierte. La referencia al número siete ha hecho pensar en una relación con el texto de *Sobre las semanas*, caps. 8 y 19. W. Kranz ha sostenido la existencia de una fuente común a ambos; tampoco puede descartarse una influencia directa de uno en otro.

[32] Es interesante este ataque del dietético contra los que se dedican a la *agōníē*, la *paidotribía*, y, pocas líneas después, a la *hypokritikḗ*. Desdén hacia posibles competidores y recelos críticos de un ilustrado, acaso con algún eco sofístico en tal actitud. Este ataque excluye, según Joly, que el autor fuera el pedotriba Heródico de Selimbria, de cuyas enseñanzas, sin embargo, hay algunas huellas en el tratado.

[33] El alma *(psychḗ)* aparece como *spérma*, que puede penetrar en cualquier ser vivo, pero sólo desarrollarse en el cuerpo apropiado; es decir, el alma humana sólo se desarrolla en el cuerpo humano. Mientras que los muy jóvenes y los viejos consumen con su extremado calor o frío ese germen vivificador, el hombre y la mujer adultos tienen poder de aumentar esta alma —similar—, y así pueden multiplicarla y procrear. A ello parecen aludir las últimas palabras, poco claras.

[34] En oposición a otros, que sostienen que, en el embrión o feto, se desarrolla antes alguna parte privilegiada (así, según Empédocles, es el corazón lo primero en formarse), aquí se sostiene un desarrollo embrional homogéneo de todas las partes, lo cual puede muy bien remontar a la teoría de Anaxágoras.

[35] La opinión de que ambos padres segregan la semilla —*spérma* y *psychḗ*— del recién nacido fue sostenida por Parménides, Empédocles, Demócrito, Anaxágoras, y Epicuro. Pero hay un testimonio de Aristóteles (*De gen. animal*. IV 1, 763b) en contra de la atribución de tal tesis a Anaxágoras: «Dicen algunos que en los fetos existe en seguida la oposición (de sexos), como dicen Anaxágoras y otros de los fisiólogos. Porque la simiente *(spérma)* viene del macho, y la hembra ofrece sólo el lugar (de recepción), y en los machos está a la derecha y en hembras a la izquierda.» Censorino (V 4) es quien incluye a Anaxágoras con los otros precursores de la tesis mantenida en *Sobre la dieta*, y dice más: «Anaxágoras autem eius parentis faciem referre liberos iudicavit qui seminem amplius contulisset» (VI 8).

[36] Una alusión curiosa al ciclo de fecundidad femenino, aunque la reducción del período fértil a un único día resulta chocante.

[37] También esta idea de que ambos progenitores pueden segregar un semen de uno u otro sexo es original (en la medida que nosotros conocemos las teorías embriológicas antiguas). Se encuentran sólo en el *Perì gonês*, caps. 6 y 7.

[38] A partir de aquí se esboza, en breves trazos, un sistema de caracteres basados en la combinación seminal, que distingue seis tipos. Probablemente hay un influjo de Empédocles, pero a la vez una adaptación importante de nuestro autor en tal teoría.

[39] La imagen da una noción muy clara de la condición material de esa *psychḗ spérma* que se funde y cohesiona dentro del cuerpo.

[40] Algo parecido se dice en *Sobre la naturaleza del niño* 31.

[41] La oración parece recoger, a modo de cláusula que cierra un amplio capítulo, uno de los temas generales apuntados en el cap. 2, con carácter programático: así hay que «discernir la constitución fundamental»,

diagignṓskein tês ex archês systásios.

[42] Las características de las cuatro edades se explican por la mezcla de las cuatro cualidades básicas: lo cálido y lo frío, lo seco y lo húmedo.

[43] La mezcla más completa es la que proporciona una mejor inteligencia *(phrónesis psychês)*. HERÁCLITO (fr. 74) y Diógenes de Apolonia habían sostenido que «el alma seca es la mejor», y nuestro autor señalará más adelante que, siendo el fuego el elemento activo y el agua el pasivo, la estupidez es más propia de aquellos en que predomina lo húmedo. Pero lo mejor es una buena *krâsis*, equilibrada. Para huellas de teorías de Empédocles, cf. TEOFRASTO, *De sensu* 6 ss.

[44] La corrupción de lo mejor es la pésima.

[45] Sobre la constitución somática operan los beneficios de la dieta apropiada. Ahora entra el autor en terreno propio, y da indicaciones claras, referidas a los hábitos y ejercicios usuales.

[46] Uno de los pocos lugares (junto con los caps. 67, 73 y 76) en que se recomienda recurrir a una droga; es muy poco partidario de esto.

[47] Este párrafo clausura rápidamente el tema. A continuación se mencionan ciertos rasgos de carácter de los que no es responsable la combinación seminal, y en los que no tiene papel la dietética.

[48] Traduzco así el término *póroi*. También esto puede ser un eco de teorías de Empédocles. (Cf. el ya citado resumen de Teofrasto.)

[49] El autor sigue la exposición de los puntos prometidos en su programa introductorio, pasando ahora a ocuparse de «las situaciones de las regiones» *(théseis tôn chōríōn*) y de las «variaciones de los vientos» *(metabolás tôn pneumátōn)*, que había anunciado en I 2. Estos dos capítulos (37-38), que hablan brevemente de los factores ambientales, le sugieren al lector actual una relación con el tratado de *Sobre los aires, aguas y lugares*. Puede discutirse si esa es una influencia directa, como sostuvo M. Pohlenz, o bien, como prefiere R. Joly, una coincidencia parcial —que no excluiría una lectura distante de ese tratado por parte del autor de *Sobre la dieta*—. La influencia de los factores ambientales —disposición de los lugares y variación de los vientos y de las estaciones— ha sido, sin duda, algo aceptado por la generalidad de los profesionales de la medicina hipocrática. Y nos parece que no mucho más puede extraerse de este breve apartado, muy distinto al resto del libro II por su temática. Frente al estilo de *Sobre los aires, aguas y lugares*, el de nuestro tratado es bastante dogmático y esquemático.

[50] Esta doctrina puede evocar el panneumatismo de Diógenes de Apolonia, pero debía de ser un tópico muy aceptado en esta época. Confróntese, en el *CH, Sobre los vientos* 3, y *Sobre la naturaleza del niño* 12. Con respecto al nivel de estas teorías, ver R. JOLY, *Le niveau de la science hippocratique*, París, 1966, págs. 87-97. Tanto para designar el viento como para el aire interior de los cuerpos, el autor utiliza el mismo término de *pneûma* (que en otros textos se opone al aire exterior, *aḗr)*.

[51] Sobre las causas de los vientos, mencionando su desplazamiento desde el polo, había escrito ANAXÁGORAS, interesado en explicar los cambios atmosféricos (cf. fr. A 42, en *Los filósofos presocráticos*, II, Madrid. B. C. G., 1979, pág. 376).

[52] Se anuncia el catálogo de alimentos al que se dedican los capítulos sigs. (40-46) de este libro. Se indica que existen otros textos en la literatura especializada de la época, pero nuestro autor pretende ser más completo y sistemático que sus precursores. No tenemos suficientes elementos de juicio para confirmarlo, pero podemos fiarnos de su aserto. El catálogo de los alimentos, bastante amplio, parece recoger datos tradicionales y es notoriamente más completo que cualquier otra noticia conservada, lo cual tampoco es decir mucho. Por otra parte, en su insistencia sobre lo complejo de las influencias de los alimentos, y en la búsqueda de la *dýnamis* esencial de unos y otros, encontramos un rasgo de realismo crítico, semejante al del famoso pasaje de *Sobre la medicina antigua* 14-16, donde se polemiza contra opiniones demasiado esquemáticas o «metafísicas», acerca de

los principios fundamentales. Mientras que en el libro I de *Sobre la dieta* encontrábamos una afirmación de principios filosóficos sobre la constitución última del organismo —fuego y agua, humedad y sequedad, calor y frío, como en otros testimonios de filósofos presocráticos—, aquí parece imponerse un cauto sentir próximo al principio de observación empírica del profesional hipocrático.— Sobre el valor científico de los caps, siguientes es difícil pronunciarse. Cf. JOLY, *Le niveau*..., páginas 100-115. Sólo otros dos textos en el *CH* dan algunas listas semejantes, aunque mucho más breves: el *Apéndice a «Sobre las enfermedades agudas»* en notas sueltas, y *Sobre las afecciones* 39-61. La comparación de los textos revela coincidencias que se explican por la referencia a una tradición abierta de esos conocimientos, medio populares medio profesionales. Es probable que en los escritos dietéticos aludidos por nuestro autor, y perdidos para nosotros, abundaran este tipo de listas. El mérito de estos caps. estrib: en su esfuerzo por dar una lista amplia y de conjunto.

53 Sobre el *cyceōn*, cf. A. DELATTE, *Le cyceōn, breuvage rituel des mystères d'Eleusis*, París-Bruselas, 1955.

54 Seguimos a Joly, que toma la lectura de θ: *bóeion*, en lugar de *óion* («de oveja») que dan otros manuscritos. También ARISTÓTELES, en *Hist. anim*. III 20, 521b, señala: «la leche menos densa es la de camello, seguida por la de yegua, y en tercer lugar la de burra; la leche más densa es la de vaca.» Cf., sobre la carne, cap. 46.

55 El *klíbanos* es un recipiente de barro en el que se cocía el pan por el calor de los tizones encendidos en torno.

56 Se trata, según Littré, del zumo de la higuera, con el que solian coagular la leche.

57 De las varias propiedades de los vinos se habla también en *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* 50, 51 y 52.

58 Como advierte R. Joly, esta mención de los «flegmáticos» es un tanto rara, ya que nuestro autor no suele aludir a los varios humores (tan sólo lo hace en IV 89 y 93). Y la nueva mención del vino dulce está fuera de lugar. O bien se sigue aquí otro texto, o se ha introducido un añadido marginal.

59 Traduzco por «hortalizas» *láchana*, en francés «légumes».

60 Opinión popular. Cf. ARISTÓFANES, *Asambleístas* 404, y *Pluto* 718.

61 La menta tiene una varia influencia. Como condimento tuvo amplio uso. Cf. A. C. ANDREWS, «The Mints of the Greeks and Romans and their condimentary Uses», *Osiris* (1958), págs. 127-49. Tuvo también su mitología, que está relacionada con sus efectos en lo erótico y sexual; véase el sugestivo capítulo «Las desdichas de la menta» de M. DETIENNE, en *Los jardines de Adonis* [trad. esp[a]. por C. BERMEJO, Madrid, 1983], págs. 153-88. También la lechuga entró en ese sistema semimítico, por sus propiedades anafrodisíacas.

62 Este capítulo concluye el catálogo de los alimentos; trata de cómo, mediante la preparación, se pueden estimular o disminuir las propiedades naturales de cada uno. *Dià téchnēs* queda modificada la cualidad que tienen unos u otros *katà phýsin*.

63 Un punto de vista muy claro para una mentalidad precientífica, como señala Joly, es éste que pone en relación fuerza y vida, y corrupción y excrementos.

64 La noción de que por medio de los ejercicios se produce una licuación interior, *sýntexis*, de las carnes, algo así como lo que podríamos considerar un «sudor» o «humor» interno, está en otros párrafos, cf II 40 y III 78. Reaparece en otros textos del *CH*.

65 Tras haberse ocupado de la alimentación, el autor va a hablar de los ejercicios, *pónoi*, que constituyen el otro tema fundamental de la dieta. Los caps. 57, 58, 59 y 60, sobre los efectos de los baños, las unciones, los vómitos y los sueños (de dormir y no de soñar se habla aquí), constituyen una transición. Los cinco capítulos dedicados a los *pónoi* concluyen este libro II.

66 Como los alimentos, también los ejercicios resultan o bien naturales, *katà phýsin*, o bien artificiales o

«violentos», *dià bíēs*, que son los que obligan a un esfuerzo extraordinario. Es curioso que hasta la actividad de los sentidos sea considerada un *pónos*. E incluso el pensamiento, en cuanto que supone un movimiento del alma —que no es mero espíritu, ni mucho menos, sino que se reseca y humedece, como el resto del cuerpo—, es un ejercicio. Se ha recordado, a este respecto, la frase que puede leerse en *Epidemias* VI 5: «el pensamiento de los humanos es un paseo de su alma» *(psychês perípatos phrontís)*. Ya Anaxágoras había considerado que «toda sensación va acompañada de esfuerzo» (fr. A 94 D K).

67 Traduzco por «cenar» y, otras veces, simplemente por «comida» la palabra *deîpnon*, que era la comida fuerte que los griegos hacian por la tarde.

68 Esta noción del «calor vital» es muy importante también en la biología aristotélica, cf. F. SOLMSEN, «The vital heat, the inborn pneuma and the aether», en *Journal of Hell. Studies* 77 (1957), págs. 119-23.

69 Como apunta JOLY, esta terminología de las carreras resulta un tanto difícil de traducir (cf. sus *Recherches...*, págs. 115-20).

70 El *akrocheirismós*, según indica su nombre griego, era un tipo de combate que se hacía fundamentalmente con las puntas de los dedos. La *korykomachíe* «lucha con el saco» era el entrenamiento con el *kórykos*, el saco de cuero, generalmente relleno con granos, harina o arena, con el que se ejercitaban los púgiles, una veces para la lucha libre, tratando de asirlo o sostenerlo, o bien para golpearlo practicando golpes de boxeo. El saco o bolsa podía ser más o menos grande y colgar más o menos alto, según lo requiriera el entrenamiento.

71 Resulta notoria la importancia del aceite u óleo, *élaion*, en las prácticas gimnásticas de la Antigüedad.

72 «Torceduras y tensiones» o «luxaciones», traduce *kṓpoi*. Como indica Joly, la noción de «hábito» es muy importante en los tratamientos dietéticos, y en la medicina griega en general. Cf. *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* 19 y ss., *Sobre la medicina antigua* 10.

73 La traducción de *tò hygrón* por «humeur» que encontramos en Littré puede conducir a una precisión errónea. Al producirse con el calor una «fundición» *(sýntexis)* de las carnes, hay una secreción *(tò apokrithén)* interna, que resulta, en parte, evacuada al exterior con el sudor y la respiración; pero ese líquido no es un «humor» en el sentido más estricto que tiene el término en otros tratados del *CH*.

74 Estos consejos son como una fórmula resumida de los que se darán con mayores distingos y precisiones en el libro siguiente. Ya aquí nos encontramos las nociones fundamentales de «vaciamiento» y «repleción», y el rechazo del perturbador «exceso» *(hyperbolḗ)* que son los factores determinantes de la enfermedad que puede medicarse con una dieta ajustada.

75 Cf. cap. 2.

76 Este párrafo inicial suscita el recuerdo del célebre aserto de Protágoras, a comienzo de su escrito *Sobre los dioses* (fr. 4 DK: «Respecto a los dioses no puedo saber ni qué son ni qué no son ni cómo son en su aspecto; pues son muchos los impedimentos: la oscuridad [del tema] y lo breve que es la vida humana»). Admitiendo aquí un posible eco de la frase del sofista, destaquemos se insiste en la imposibilidad de «redactar por escrito con exactitud» *(syngrápsai es akríbeian)*, incidiendo de nuevo en esa noción de lo escrito (siempre el verbo *syngráphein)* que está en los dos primeros caps. del tratado.

77 La idea se encuentra también en *Sobre la medicina antigua* 12, 14.

78 Emplea el término *diagnṓsies* (pero el manuscrito M da *prognṓsies)* para referirse a sus «reconocimientos», mientras otras veces el término preciso de su descubrimiento es el de *prodiágnōsis*. La diferencia entre ambos está expresa en el cap. 69: «Diagnóstico previo al enfermar, diagnóstico de lo que ocurre a los cuerpos...» *(esti dè prodiágnōsis mèn prò toû kámnein, diágnōsis dè tôn sōmátōn tì péponthe...)*. Advirtiendo un desequilibrio corporal por los indicios o síntomas que testimonian un exceso de alimentos o de ejercicios, el autor puede aplicar un tratamiento ajustado al caso. Es una noción diferente de la del «pronóstico», que hace de nuestro autor, el padre de la llamada hoy medicina preventiva. Aunque la idea es corriente a fines del s. v. él la

expone y sistematiza, como señala Joly, siendo tal vez el introductor del término *prodiágnōsis*, tal vez de su invención. Mientras que el pronóstico hipocrático atiende al desarrollo de la enfermedad, este diagnóstico previo trata de atajar su evolución a partir de los primeros síntomas de un desarrollo.

79 Por lo que aquí se dice, parece que el autor se dirigiera a la masa de los hombres, a los trabajadores, a aquellos que tienen que andar sometidos a las duras condiciones de su labor cotidiana y no disponen, por lo tanto, del ocio necesario para estar disponible para unos cuidados especiales de higiene ni tiempo libre para un régimen de vida deportivo y refinado en su dieta alimenticia. Como si así se pudiera hacer frente a las críticas que Platón expone en *República* III 406a-e. Realmente la distinción entre dos públicos diversos desde el punto de vista de su situación social es algo que nuestro autor olvida enseguida, y es un rasgo más interesante desde el punto de vista literario que desde la propia significación social (cf. JOLY, *Recherches*..., págs. 127-36). La crítica de B. FARRINGTON en su art. «La mano en el arte de curar», que dedica unos párrafos a nuestro texto (en *Mano y cerebro en la Grecia Antigua*, trad, esp.[a], Madrid, 1974, págs. 81-83), recalca esa falsedad de las pretensiones de este autor. Esta intención se queda en mero artificio literario. Aquí nos da unas normas muy generales, variando el régimen de vida según la estación del año, que difícilmente son de utilidad para quienes andan forzados a trabajos duros, así como lo que se dice de las comidas. En el cap. siguiente habla de que su *heúrēma*, la invención de un régimen dietético acomodado, es para quienes están más libres en su tiempo y más dotados de recursos.

80 El régimen variable según la época del año no es un descubrimiento propio del autor. También en *Sobre la dieta saludable* 1, encontramos unos consejos semejantes, sólo que más simples. La relación entre ambos textos ha sido discutida. Mientras Fredrich pensaba en una influencia de *Sobre la dieta saludable* en nuestro texto. Joly piensa que, en caso de admitir una influencia, sería la contraria. y que *Sobre la dieta* es el texto más antiguo de los dos.

81 Como señala Joly, no parece que sean éstos los consejos más adecuados a braceros y trabajadores que tienen que ganarse su vida.

82 La comparación con el mundo vegetal parece asumir fuerza de prueba (aunque en casos como éste se basa en una opinión popular, pero incierta). Cf. JOLY, *Le niveau*..., págs. 73 y sigs., y n. *ad loc*.

83 Cree Joly que puede haber aquí una alusión al poema de Arifrón de Sición, que bien pudo publicarse hacia el 400 a. C. Es un *Peán a la Salud*, personificada como Higiea y representada, a veces, como compañera de Asclepio en centros ligados a su culto. Dice así en la trad. de F. R. ADRADOS (en *Lírica Griega Arcaica*, Madrid, 1980, B. C. G., pág. 455)

> ¡Salud, la más venerable de los felices para los mortales, ojalá viva yo en tu compañía durante el resto de mi vida y tú estés benévola a mi lado! Pues si hay alguna felicidad en la riqueza, o en los hijos, o en el mando real que es para los hombres igual a ser un dios, o en los deseos que intentamos cazar con las redes ocultas de Afrodita, o si existe algún otro placer enviado por los dioses a los hombres o algún descanso en los trabajos, sólo en unión de ti, oh feliz Salud, florece y brilla en el trato con las Gracias: sin tí nadie es feliz.

El aprecio por la salud está manifestado también en el conocido canto de banquete (7D) que la considera el primer bien:

Tener salud es lo mejor para un mortal,
Lo segundo es haber nacido hermoso por naturaleza,
Lo tercero, ser rico sin engaños,
Y lo cuarto gozar de la juventud con los amigos.

84 Comienza aquí la descripción del primero de los quince casos que el autor distingue para aplicarles el

tratamiento adecuado según su *prodiágnōsis*. Todos provienen de un desequilibrio entre alimentos y ejercicios. En los nueve primeros dominan los alimentos, y en los seis últimos (caps. 79-84) dominan los ejercicios. Las nociones de «repleción» *(plēsmonḗ)* y de «vaciamiento» *(kénōsis)* son fundamentales en esta concepción del desequilibrio. Para el tratamiento de conjunto y la sistematización de estos quince casos, véase el comentario de JOLY, en *Recherches*..., págs. 138-67.

85 Este aserto está muy en consonancia con lo que dirá luego sobre los sueños en el libro IV.

86 Es decir, el eléboro citado antes. Se ha hecho notar la poca simpatía del autor por la administración de drogas. Incluso en las pocas veces que alude al eléboro propone un tratamiento alternativo más lento para evitar su recurso.

87 Comienzan aquí los seis casos de predominio de los ejercicios, en contraste con los anteriores donde predominaba la repleción por exceso de alimentos.

88 Esta mención resulta incoherente. Con Joly, parece mejor considerarla como una «glosa aberrante».

89 La conclusión se aplica sólo a los seis últimos casos. Como en otros párrafos, da la impresión de que se cierra de una manera un tanto apresurada el asunto, como si nuestro autor quisiera despacharlo deprisa, sin más recapitulaciones.— En este libro el autor ha expuesto, de manera muy precisa y ordenadamente sus prescripciones dietéticas, basadas en su teoría y en el diagnóstico previo sobre unos determinados síntomas. Hay en él un afán de ser sistemático y completo en estos puntos, como nos lo había anunciado en los capítulos de prólogo del libro I, para destacarse así y culminar la obra de algunos precursores en el campo de la medicina dietética. Lo expuesto aquí está de acuerdo con lo expuesto en el libro II sobre las propiedades de los alimentos y los ejercicios. Como se ve, cada libro tiene su propia unidad. Y, teniendo en cuenta la manera de componer de estos prosistas, hay que advertir que encontramos una composición bastante cuidada, en su conjunto. El libro siguiente, el IV, viene a ser un apéndice, donde se trata un tema un tanto marginal, pero interesante por cuanto los sueños son también síntomas del proceso vital.

90 Ya Fredrich demostró que la atención a los sueños como síntomas de afecciones corporales era una idea extendida en la época en que se redactó nuestro tratado. Pensaba, además, que las coincidencias que se hallan entre este texto y el escrito de Artemidoro acerca de la interpretación de los sueños podrían deberse a la utilización por ambos de un tratado anterior *Sobre los sueños*, perdido luego. A. Palm, por su parte, señaló que la concepción de la actividad del alma durante el sueño parece ser de origen pitagórico. En tal sentido M. DETIENNE (en *La notion de «daímon» dans le pythagorisme ancien*, París, 1963, págs. 71 y sigs.) mostró que este párrafo recuerda algunas expresiones del *Fedón* platónico (65c, 67e, 70a, 80e, 81b-c, 83a), de esa proveniencia. En cuanto al valor semiótico de los sueños, véase el comienzo del tratadillo aristotélico *Acerca de la adivinación por los sueños*.

91 Como señala Joly, este uso de *sophía* resulta más propio del s. V que del IV.

92 Postura cauta la del autor, que distingue entre sueños de origen divino y sueños de origen corpóreo, y que no niega el valor de la mántica como *téchnē*, pero define un ámbito específico a la interpretación médica. La máxina final es una muestra de su actitud. Lo de «invocar a los dioses» es consejo que reaparece al final del capítulo siguiente (con distinto verbo: *epikaleîsthai* y *eúchesthai*).

93 La comparación del cuerpo con el cosmos estaba ya en el capítulo 10, con la referencia a las tres órbitas *(períodoi)* de los astros.

94 El autor de nuestro tratado raramente emplea el término de «flegmático», así como el de «hilioso», que viene luego. Tal vez aquí se inspire en alguna fuente con estos términos.

95 Curioso consejo psicoterapéutico.

96 La Diosa Tierra y los Héroes —espíritus de los muertos— son invocados por su función apotropaica. La nota piadosa reitera consejos anteriores, en un línea tradicional.

[97] Hermes, psicopompo, dios de la magia, figura aquí entre los dioses apotropaicos, por su relación con el mundo de las sombras.

[98] Un trazo curioso de creencias arcaicas, cf. L. GERNET-A. BOULANGER, *Le génie Grec dans la religion*, París, 1932, pág. 62.

[99] El adjetivo *kathará* significa «limpios» y «puros»; aquí actúan las connotaciones dobles del término.

SOBRE LAS AFECCIONES
(*Perì pathôn*)

INTRODUCCIÓN

1. *Naturaleza del tratado*

Sobre las afecciones, escrito de mediana extensión dentro del *CH*, presenta un contenido mixto, lo que le supone unas características y una problemática especiales. Básicamente puede decirse que trata dos temas principales, bastante diferentes entre sí: en un primer momento, el autor se limita a la descripción más o menos sucinta de una serie de enfermedades —de forma paralela a los contenidos de *Sobre las enfermedades* I-III, aunque de manera más abreviada normalmente y con todo un cúmulo de diferencias de fondo—, para cerrarse con un largo *excursus* sobre dietética.

Otra característica importante de este tratado es su carácter divulgador. Ya desde el párrafo 1 el autor nos hace saber que su pretensión es informar al «profano» *(idiṓtēs)* sobre aquellos conocimientos médicos importantes para su cuerpo, pero siempre dentro de los niveles que le son asequibles, sin pretender entrar en excesivos tecnicismos, propios del «profesional» *(cheirotéchnēs)*. Si tenemos, en todo momento, presente esta peculiaridad, entenderemos mejor tanto su contenido mixto —descripción nosográfica e información dietética— como sus descripciones sucintas —si las comparamos, por ejemplo, con los diversos tratados de *Sobre las enfermedades* antes aludidos—[1].

Un tercer elemento cerrará esta caracterización general. Me estoy refiriendo al retoricismo que impregna todo el tratado, y que se percibe, desde el comienzo mismo, con una elaborada introducción a manera de Prólogo, ausente en escritos semejantes. Esta impronta retórica reaparece, igualmente, a lo largo de la obra con la inclusión de breves introducciones y conclusiones de los diferentes grupos y subgrupos de enfermedades, así como con interrupciones de contenido teórico, que subrayan conclusiones ya obtenidas, proporcionándoles un mayor relieve. Esta característica de escrito más elaborado, desde el punto de vista de la exposición, se percibirá fácilmente si lo comparamos con la asepsia descriptiva de esos otros tratados de contenido semejante ya mencionados.

2. *Estructuración del tratado*

Toda la obra está muy bien organizada, sobre todo si la comparamos con otras del *CH*, nuevo reflejo del carácter retórico al que me he referido más arriba. Se abre con un amplio prólogo (§ 1) perfectamente compuesto, en el que el autor expone tanto sus

principios generales sobre etiología[2] como su pretensión última de escribir una obra de divulgación. Wittenzellner[3] estudia detenidamente esta parte y, tras destacar su carácter retórico, descubre una «composición en anillo» en la que fija once puntos, cinco de «subida» hasta la idea central, y otros cinco de «retorno», que se corresponden con los primeros, sólo que en sentido inverso.

Tras el prólogo viene la primera parte (2-38), de contenido nosográfico e, igualmente, bien estructurada. El orden general de exposición es *a capite ad calcem*, como veremos que sucede también con otros tratados tradicionalmente tenidos por cnidios. Los párrafos 2-5 comprenden las enfermedades de la cabeza. Entre 6 y 33 se describen las dolencias relativas a la *koilíē*, término anatómico para el que no hay tal vez correspondencia concreta en castellano, puesto que engloba nuestro tórax y abdomen[4]. Pero nuestro autor introduce una nueva subdivisión: de 6 a 18 se mencionan las específicas del tórax —más aún: 6-11 son destacadas como «agudas» frente a 12-18, a las que se da una importancia menor—, y de 19 a 33 las que afectan al vientre. Finalmente, 34-35 se refieren a los tumores y enfermedades de la piel, y 36-38 son consideraciones generales terapéuticas.

Pero esta precisa estructuración se da, igualmente, a nivel inferior, a la hora de describir cada una de las enfermedades. La exposición individual sigue los siguientes pasos:

1) *Presentación de la enfermedad:* a la cabeza del párrafo correspondiente va la mención de la enfermedad a tratar. Y esto se hace de varias formas: o bien con el simple enunciado[5], o bien mediante la expresión «Cuando...»[6].
2) *Sintomatología:* de forma inmediata y sin partícula alguna se da paso a la descripción de los síntomas, que se entrelazan mediante la copulativa *kaí*, frente al asíndeton de otros tratados paralelos coicos, como en las monografías de enfermedades de *Epidemias* I y III, lo que ha llevado, en ocasiones, a ver en este hecho un rasgo peculiar cnidio.
3) *Tratamiento:* este nuevo apartado, y siempre de forma rigurosamente asindética con el anterior, se introduce mediante un pronombre demostrativo[7] referido al enfermo al que se ha de aplicar la terapéutica a continuación mencionada[8].
4) *Etiología:* mediante el empleo, normalmente, de la partícula copulativa *dé*, se pasa a dar la explicación de los factores causantes de la enfermedad. Es, igualmente, frecuente en este punto el empleo de la fórmula «Esta enfermedad se produce cuando...».

5) *Pronóstico:* la descripción se cierra con una alusión a la posible evolución de la enfermedad, a la «crisis», término éste que para el autor de este tratado tiene un sentido bastante más amplio que el normalmente admitido hoy en día, puesto que alude a cualquier tipo de cambio que experimente el enfermo[9]. Con frecuencia se introduce con la expresión «Hace crisis...».

Esta estructuración en cinco partes se mantiene completa en una serie de casos[10]. Veamos, por ejemplo, el párrafo 9:

PERINEUMONÍA. SE APODERA DE UNO fiebre y tos, y la flema del principio se expectora espesa y pura, pero al sexto y séptimo día biliosa y pálida, y al octavo y noveno supurante. A ESTE ENFERMO, *si le sobreviene dolor* bien de espalda bien de costado, darle lo que concretamente está prescrito en *El recetario* para el dolor de costado en la pleuresía; y tratar con líquidos y gachas también *para la evacuación y refrescamiento del vientre* de igual forma que en la pleuresía. Y *para purgar por arriba* el pulmón de saliva y del pus, dar medicamentos líquidos, con los que el pulmón se humedece y el pus se purga por arriba. ESTA ENFERMEDAD SE PRODUCE CUANDO la flema fluye abundante desde la cabeza hasta el pulmón; y, en ocasiones, hay cambio de pleuresía en perineumonía, y de causón. HACE CRISIS en unos días, la más corta en catorce, la más larga en dieciocho. Sobreviven a ésta pocos, y se vuelven además supurantes a consecuencia de esta enfermedad, si en los días críticos no se purga el pulmón.

Para concluir el análisis de esta primera parte del tratado, debemos aludir a la existencia de una serie de párrafos con observaciones generales intercalados en medio de la exposición nosográfica, lo que, como más abajo veremos, se ha utilizado, en alguna ocasión, para establecer una cronología dentro de la escuela cnidia. Me estoy refiriendo básicamente a los núms. 3, 8, 13 y 37. En estos puntos del escrito se recogen máximas generales comunes en muchos casos a otros tratados del *CH* de clara adscripción coica. De relevancia especial es el párrafo 13, en el que, entre otras consideraciones, se alude a la problemática de la responsabilidad del médico en el desarrollo de la enfermedad, y en el que vemos constantes concomitancias, por ejemplo, con *Sobre la ciencia médica*. Realmente, este hecho puede interpretarse tanto como un influjo de los médicos de Cos sobre los de Cnido dentro de la evolución que estos últimos van experimentando, como también es posible ver aquí una prueba de que realmente no hubo nunca diferencias metodológicas importantes que nos permitan estipular la existencia de dos escuelas médicas con una doctrina contrapuesta.

La sección segunda del tratado (39-61) es un *excursus* sobre régimen alimenticio. Frente al evidente paralelismo entre la parte anterior de *Afecciones* y otros tratados tradicionalmente tenidos por cnidios, como *Sobre las enfermedades* I-III o *Sobre las afecciones internas*, donde el contenido es únicamente nosológico, esta prolongación dietética es una completa novedad. Y este hecho, lógicamente, se ha utilizado nuevamente para otros fines más generales dentro de la diatriba sobre la escuela de

Cnido. No obstante, no debería pasarnos por alto el hecho de que este tratado está destinado a un tipo de lector diferente del normal del *CH*, y tal vez así, dentro de su pretensión divulgadora, adquiriría una nueva explicación más sencilla esta ampliación dietética.

El contenido, en líneas generales, puede dividirse en dos secciones: el autor comienza (39-49) con una serie de principios generales de dieta y fisiología, para pasar a continuación (50-61) a la descripción de las propiedades de los más importantes alimentos.

3. *El tratado «Sobre las afecciones» y la escuela cnidia*

De entre todos los testimonios conservados sobre la existencia de una escuela médica en Cnido frente a la propiamente hipocrática de Cos[11], aquí sólo voy a re-ferirme a dos de ellos, tal vez entre los más importantes, pero, eso sí, en relación directa con el caso de *Afecciones*[12].

En primer lugar, al comienzo de *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* se hace una crítica de algunas características de la escuela cnidia, concretamente sobre tres puntos: 1) la atención exclusiva del médico a la información que le proporciona el enfermo, sin tener en cuenta otros datos que el médico debe saber por sí mismo y que pueden ser útiles a la hora del diagnóstico; 2) la subdivisión en múltiples variantes de una misma enfermedad; y 3) la reducción prácticamente a tres de los recursos a administrar al enfermo: purgantes, suero y leche.

A este testimonio concreto hay que añadir una información precisa, transmitida por Galeno en sus *Comentarios al libro VI de las «Epidemias» de Hipócrates*[13], donde transcribe un fragmento con frecuencia atribuido a las *Sentencias cnidias*[14] y que, precisamente, ofrece una redacción paralela al párrafo 68 de *Sobre las enfermedades* II.

A la vista de estos testimonios pasemos una rápida revista a las peripecias de *Afecciones* en relación con la escuela de Cnido. Ya a mediados del siglo XIX, Ermerins[15], basándose en el empleo constante de los purgantes así como de la mención del suero y de la leche, y destacando el paralelismo frecuente en la redacción de *Afecciones* con los libros de *Sobre las enfermedades*, llegaba a la conclusión de que nuestro tratado era obra de algún médico cnidio, aunque admitía al tiempo, apoyándose en algún paralelismo con *Sobre la dieta sana* y con *Sobre la dieta en las enfermedades agudas*, una cierta influencia de la escuela coica. Pero habrá que esperar a los primeros decenios de nuestro siglo para encontrarnos con el primer estudio importante sobre esta sección del *CH*. Me

estoy refiriendo al conocido libro de Ilberg sobre la medicina cnidia[16]. El filólogo alemán llegó a la conclusión de que una serie de obras del *CH* remontaban a un modelo común, que era, a su vez, la obra fundamental de la escuela médica de Cnido: las *Sentencias cnidias*. La base fundamental de su argumentación era el paralelismo de redacción existente entre varios de los escritos conservados, que Ilberg concretaba en seis: *Sobre las semanas, Sobre las enfermedades* I, II y III, *Sobre las afecciones internas y Sobre las afecciones*. A todo esto añadía la observación de que entre todos estos tratados había unas cuantas diferencias, principalmente en la forma más o menos detallada de describir las diversas enfermedades: según Ilberg, los tratados más pormenorizadores estarían más cerca del original, por lo que *Afecciones*, que, como hemos visto, presenta una variante simplificada, sería de los más apartados de la redacción común.

El criterio de Ilberg se mantuvo, en una medida importante, a lo largo de la primera mitad del siglo. No obstante, también tuvo sus detractores. Al poco tiempo Temkin[17] retiraba de la lista a *Sobre las enfermedades* I y *Afecciones*, al tiempo que incluía ya los escritos ginecológicos. Tampoco Edelstein[18] lo incluía, junto con *Sobre las enfermedades* I y III, por no mantener un riguroso paralelismo en la descripción nosográfica con los otros escritos, clave para él de certidumbre a la hora de adscribir obras a esta escuela médica. Años más tarde, Bourgey[19] incluye *Afecciones* entre los tratados de «difícil atribución», aunque afirma, igualmente, que este escrito «presenta ciertas características que lo aproximan a los tratados cnidios: explicación de todas las enfermedades por los movimientos únicamente de la bilis y de la flema, distinción, por otra parte juiciosa, de variantes mórbidas relacionadas, en fin, complejidad de los remedios empleados». Tampoco Joly, en su escéptica obra sobre el nivel científico de la colección hipocrática[20], lo agrupa entre las obras cnidias, ni siquiera entre las emparentadas con esa escuela, aunque en trabajos posteriores[21] vuelve al criterio ya establecido desde Ilberg. Más tajante es la postura de Wittenzellner, que, en su monografía sobre nuestro tratado[22], concluye que el autor de *Afecciones* es un médico de Cos que habría compilado previamente escritos cnidios, de lo que le vendría la influencia de la escuela contraria.

En los últimos años, contra lo que había sido la norma anteriormente, la escuela cnidia ha sido objeto de gran atención. Y de esta época nos quedan dos buenos trabajos en lo referente a lo que ahora tratamos: el importante artículo de Lonie de 1965[23] y el tan concienzudo como polémico libro de Jouanna sobre la evolución de la escuela cnidia[24]. Uno y otro incluyen *Afecciones* entre los escritos cnidios después de un pormenorizado análisis a todos los niveles, tanto formal como de contenido[25]. Y ésta sería la situación final, de no ser por los nuevos aires que, a lo largo de la década de los setenta, se han

levantado contra el viejo criterio de separar de forma más o menos tajante ambos círculos médicos[26]. Últimamente, Grensemann[27], en un *excursus* al final de su monografía sobre los tratados ginecológicos, compara detenidamente el paralelismo en diversos aspectos existente entre, de un lado, *Afecciones* y *Sobre las enfermedades* I y, de otro, la información que nos transmite el *Anónimo londinense* XII 8 y siguientes sobre la figura del médico Dexipo de Cos. En el caso de *Afecciones*, la única diferencia importante es que nuestro tratado utiliza el riguroso método expositivo característico de obras más propiamente cnidias. Todo ello le lleva a sugerir que no hay necesidad de ver en nuestro tratado un escrito cnidio influenciado por Cos, sino, más bien, una obra perteneciente al grupo médico de Dexipo, que, no obstante, dada su pretensión de ir dirigida al hombre profano, habría utilizado el método descriptivo de las *Sentencias cnidias* por parecerle más adecuado a sus pretensiones divulgadoras.

4. *El problema de fecha y de autor*

Tradicionalmente se viene adscribiendo a *Afecciones* una fecha intermedia dentro del *CH*, o sea, de principios del siglo IV a. C. No obstante, también se han lanzado conjeturas más precisas en alguna ocasión. Así, Wittenzellner[28], basándose en el carácter retórico del tratado, propone el año 390 a. C. Por su parte, Jouanna[29] fija previamente una cronología relativa dentro de las obras cnidias, para, a continuación, pasar a precisar fechas más concretas: la segunda edición de las *Sentencias cnidias*, censurada en *Sobre la dieta en las enfermedades agudas*, debió de ser una generación o dos anterior al escrito coico, lo que sitúa a aquéllas a mediados del s. V a. C.; tras una etapa antigua y comienzo de la nueva, llegaríamos al núcleo de esta última, ocupado por *Afecciones* y *Sobre las enfermedades* I, y que habría que situarlo en el período 385/375, época en que la teoría bilis/flema ya estaría perfectamente consolidada, lo que, a su vez, tal vez podría apoyarse con el testimonio de Platón, *República* 564b-c, donde parece entreverse que la tal dualidad de los humores estaba de moda en ese momento.

Respecto al problema del autor, en el caso de *Afecciones* la tradición manuscrita nos proporciona una información que recientemente ha sido motivo de estudio. Me estoy refiriendo a la glosa del códice *Marcianus Graecus* 269 (col. 533) fol. 142, donde se nos dice: «Galeno dice que este libro es de Pólibo[30]». Hace unos años Grensemann[31], comentando los testimonios antiguos que hacen a Pólibo autor de cuatro tratados del *CH: Sobre la naturaleza del hombre, Sobre el parto de ocho meses. Sobre la naturaleza del niño* y *Sobre las afecciones*, rechazaba categóricamente la tradición en lo relativo a los

dos últimos escritos, admitiéndola para los dos primeros[32], y ello basándose en el criterio previo de que *Afecciones* es una obra de la escuela cnidia y, por lo tanto, imposible de haber sido escrita por un autor tan próximo al núcleo hipocrático, o sea, coico[33].

5. *Aspectos más importantes del contenido del tratado*

Tal vez el elemento de fondo más importante de *Afecciones* sea su descripción etiológica, basada en un sistema un tanto elaborado de los humores. Más arriba ya hemos visto cómo, sistemáticamente, al final de la exposición de cada enfermedad, antes de la conclusión con una referencia al pronóstico, el autor de nuestro tratado despliega una amplia digresión sobre las causas de la dolencia en cuestión. Igualmente, en los párrafos de contenido más general no pierde tampoco ocasión de afirmar que todas las enfermedades se producen por causa de la flema o de la bilis o de ambas al tiempo. En esta consideración general de la importancia de la etiología en *Afecciones* casi toda la crítica moderna está de acuerdo. Ahora bien, no sucede lo mismo a la hora de valorar este elemento dentro de la hipotética escuela cnidia a la que este escrito pertenece. Ilberg y Lonie han supuesto que este contenido etiológico ya se daba en la redacción de las viejas *Sentencias cnidias*, con lo que *Afecciones* no hace más que conservar en este punto una versión más completa que, por ejemplo, *Sobre las enfermedades* II. Por el contrario, Jouanna, en su intento de fijar un proceso evolutivo dentro de este grupo médico, piensa que este aspecto de la etiología es una de las aportaciones innovadoras de los tratados que, como *Afecciones*, pertenecen a la época reciente de la escuela.

Como acabo de decir, nuestro autor, en algunos de los párrafos de contenido más generalizador (1, 37), afirma que hay únicamente dos humores causantes de enfermedad: la flema y la bilis, actuando ya por separado, ya al tiempo. Y esto nos lleva a tener que decir unas palabras sobre la teoría humoral. Para entender mejor el problema habría, tal vez, que tener siempre presente la existencia de dos planos diferentes en relación con los humores: el plano fisiológico y el nosológico. Una cosa son los humores como componentes del mecanismo fisiológico del cuerpo, y otra aquellos que resultan morbíficos.

Tradicionalmente se dice que una de las características de Cnido frente a Cos es su teoría dualista de los humores: flema y bilis. Sin embargo, las cosas no son tan sencillas. En caso de admitir la existencia de la dualidad de escuelas, y si analizamos más detenidamente los tratados, hoy por hoy, tradicionalmente adscritos a Cnido, hay que admitir que, en esta última, hay realmente cuatro humores: la sangre, la flema, la bilis y el

agua. Joly en un detenido trabajo[34] llega a las siguientes conclusiones: los tratados cnidios admiten los cuatro humores citados, de los que la flema y la bilis juegan un papel predominante a nivel nosológico, mientras que la sangre, en ese sentido, actúa en pequeña medida, y el agua aún en menor; además, los dos primeros pueden presentar toda una gama de variedades, determinadas por otros componentes simultáneos, entre las que habría que mencionar a la bilis negra o al flema blanco. Frente a este estado de cosas, tradicionalmente se adscribe a Cos un sistema de cuatro humores: sangre, flema, bilis amarilla y bilis negra. Pero también este esquema cuatripartito requiere algunas precisiones: la sangre a nivel nosológico prácticamente ha desaparecido del escenario coico, siendo sustituida por la bilis negra, que aquí adquiere carta de naturaleza como verdadero humor; la intervención de la bilis amarilla es muy escasa; y, finalmente, el agua, a pesar de las repetidas alusiones a la hidropesía, no es tenida por humor, sino sólo como fenómeno mórbido en esos casos de la hidropesía.

Si contrastamos, pues, los planteamientos de una y otra escuela en lo relativo a la teoría humoral, notaremos un cierto paralelismo: predominio de dos elementos, la flema y la bilis, frente a los restantes, aunque habría también que matizar que, en Cnido, es más relevante la flema, mientras que en Cos lo es la bilis.

Con este panorama de fondo entenderemos mejor ahora la situación de *Afecciones* en lo concerniente a este punto del sistema humoral. El autor de nuestro tratado dice taxativamente que las enfermedades se originan por efecto de la flema o de la bilis o de ambas a la vez. Sin embargo, en puntos concretos de la obra se alude a la sangre (párrafo 34[35]) y al agua (19, 22 y, sobre todo, 36). Este hecho, que nuestro tratado comparte con *Sobre las enfermedades* I, se ha explicado normalmente como un reflejo del proceso de reducción que experimenta el sistema de cuatro elementos, ya que, en el caso de *Afecciones*, lleva a su autor a proclamarlo ya con carácter de postulado general. Ahora bien, la generalización no ha tenido lugar aún de forma sistemática. Y de ahí que queden restos de explicaciones más arcaicas.

Pero si, a nivel de explicación general, todos suelen estar de acuerdo, no sucede lo mismo a la hora de razonar los posibles motivos de esa variación. Jouanna[36] ve en esto uno de los rasgos principales de la evolución que él cree detectar dentro del seno de la escuela de Cnido. Por el contrario, Joly[37] prefiere interpretarlo como un asunto de estilo personal entre los diferentes autores o, tal vez, en su referencia a públicos distintos. Por derroteros igualmente distintos se mueve el criterio de Grensemann, que, como ya vimos[38], agrupa este tratado en el lado coico, y, de esa manera, se trataría de la misma tendencia observada en Cos a reducir los cuatro elementos a un sistema binario, lo que,

por otra parte, ya había sugerido Joly de pasada. Finalmente, para quienes, como Benedetto[39], rechazan últimamente la dicotomía entre uno y otro grupo, se trataría del mismo hecho observado en otros escritos coicos, lo que abundaría en su criterio de una comunidad de escuelas dentro del *CH*.

Pero la etiología de *Afecciones* no se reduce a precisar la identidad de los humores mórbidos pertinentes en cada enfermedad, sino que es complementada con nuevas precisiones. En el programático párrafo 1, ya mencionado, el autor introduce un nuevo determinante: la enfermedad realmente tiene lugar cuando esos humores se secan o se humedecen o se calientan o se enfrían en exceso. Sin embargo, en el interior ya de la obra, cuando va describiendo, de forma individualizada, las diversas enfermedades, nuestro autor recurre a un nuevo postulado: el flujo de los humores por todo el cuerpo como causa inmediata del mal. Esto, que a primera vista podría parecer contradictorio con el principio anterior, expresado en el párrafo 1, no sería tal si pensamos, tal vez, con el autor que, precisamente, ese cambio en el estado de los humores es el desencadenante de su movimiento posterior por el cuerpo. En cualquier caso, este concepto del flujo humoral aparece también en otros tratados de los tenidos por cnidios[40].

Finalmente, en lo relativo a la etiología convendría hacer una última consideración: la estrecha relación existente entre las enfermedades y las estaciones del año. Éste es un elemento tradicionalmente considerado coico, pero que ya aparece en *Sobre las afecciones internas*, donde incluso se llega a establecer un paralelismo con los cuatro humores. Sin embargo, en *Afecciones* adquiere un relieve aún mayor, puesto que, dentro de la estructuración más general ya comentada de las enfermedades en un orden *a capite ad calcem*, nuestro autor introduce un segundo criterio expositivo, y, así, vemos que las enfermedades del tórax son divididas en las de invierno (6-13) y en las de verano (14-18). Jouanna[41] supone que se trata de un nuevo rasgo de la época reciente dentro de la escuela cnidia, en la que hay que admitir una cierta influencia de Cos. Por el contrario, lógicamente, Benedetto[42] piensa mejor en una comunidad de ideas, dada la no existencia de esa dualidad de escuelas.

Un dato interesante en *Afecciones* corresponde al campo de la farmacología. En una serie de párrafos el autor alude a una obra en la que se describen diferentes tipos de medicamentos a administrar en enfermedades precisas. En algunos casos, incluso[43], se le da el nombre concreto de *Pharmakîtis*, que aquí hemos traducido por *El recetario*. Todos coinciden en admitir que debía de tratarse de un escrito de carácter básicamente práctico, que contendría una lista de medicamentos a prescribir en casos determinados. Ermerins[44] llega a afirmar que, aunque esta obra farmacológica no parece ser

mencionada expresamente en ningún otro lugar del *CH*, sin embargo, en muchos pasajes, sobre todo en los tratados sobre las enfermedades de la mujer, son mencionados remedios provenientes de un formulario de este tipo[45].

Como ya se ha dicho más arriba, la segunda parte de *Afecciones* tiene un contenido básicamente dietético. En el *CH*, y prescindiendo de desarrollos tangenciales o de alusiones esporádicas en un sinfín de tratados, conservamos varias obras específicas sobre dietética: *Sobre la dieta, Sobre la dieta en las enfermedades agudas* y *Sobre la dieta sana*. Suele coincidirse en que fueron los pitagóricos quienes iniciaron el estudio de las cualidades de los alimentos, reflejo de su atención al cuerpo y en paralelismo al cultivo de la música como uno de los recursos para el cuidado del alma. Fruto de todo ello es la adquisición, en el siglo V a. C., de una cultura dietética de una cierta importancia a nivel popular. Smith[46], comparando esta parte de *Afecciones* con el libro II de *Sobre la dieta*, llega a conclusiones interesantes. Para él, ambos tratados, como otros de contenido semejante del *CH*, son diferentes realizaciones aisladas de una fluida tradición extendida en la época. No hay que pensar, pues, en un escrito común previo, que explique los puntos de coincidencia[47]. Más aún, a su juicio, cada uno de los tratados conservados sobre este tema son, en realidad, enfoques distintos de una misma masa de conocimientos previos. Ahora bien, si comparamos los fundamentos teóricos de, por ejemplo, *Afecciones* 47[48] y *Sobre la dieta* II 39[49], detectaremos, en el primer caso, un planteamiento teórico más arcaico que en el segundo, donde precisamente se critica, además, el razonamiento de aquél.

Finalmente, convendría decir algunas palabras sobre las posibles influencias externas en nuestro tratado. Pero habría, igualmente, que precisar que algunas las comparte con los otros escritos tradicionalmente tenidos por cnidios, mientras que otras son más específicas de *Afecciones*. Lonie[50] destaca que el orden nosográfico típico de este grupo de tratados, o sea, el de *a capite ad calcem*, se da, igualmente, en la medicina egipcia y probablemente en la babilónica. También Jouanna[51] hace ver el influjo egipcio en el esquema expositivo de cada enfermedad sobre la escuela cnidia, aunque rechaza sugerencias anteriores en el terreno de la etiología. Es, igualmente, admitido este tipo de influencia en lo tocante a la terapéutica[52].

La influencia de Alcmeón de Crotona sobre la escuela cnidia es casi un lugar común. De forma más concreta, convendría notar la analogía entre Alcmeón B 4 y *Afecciones* 1 en lo relativo a las nociones de desequilibrio y exceso como determinantes de la enfermedad. Ahora bien, no es menos claro el paralelismo entre este mismo texto de Alcmeón y el cap. 4 de *Sobre la naturaleza del hombre*, un tratado de total pertenencia

al círculo de Cos, lo que pone en entredicho también esta otra «peculiaridad» cnidia.

Como ya se ha insinuado anteriormente, los defensores de la existencia de dos escuelas médicas, Cos y Cnido, enfrentadas, acuden al recurso de ver un influjo de la primera sobre la segunda en aquellos casos en que, como en *Afecciones*, nos encontramos con postulados comunes. Y así, ésta ha sido la solución para explicar, por ejemplo, la influencia del clima sobre las enfermedades, o la relación entre los humores y las estaciones del año, planteamientos típicamente coicos, que habrían de influir en los tratados recientes de la escuela contraria, mientras que están ausentes en los más antiguos. Lógicamente, los que rechazan esa opinión doctrinal no hablan ahora de influencias de un grupo médico sobre otro, sino simplemente del empleo de criterios comunes.

Y, para terminar, dado el estilo retórico que traspasa todo nuestro tratado, rasgo éste que le diferencia de manera importante de los otros escritos tenidos por cnidios, se ha pensado[53] también en un influjo de la sofística dominante en la época.

NOTA TEXTUAL

A falta de una edición moderna he seguido la de Littré, vol. VI, págs. 206-272, aunque siempre he tenido a la vista la de Ermerins (1862) con su traducción latina. No obstante, me separo del primero en los siguientes pasajes, para los que he utilizado el aparato crítico de Littré, donde puede consultarse la repartición de los manuscritos:

PASAJES [54]	ED. DE LITTRÉ	TEXTO ADOPTADO
3, 5	εἰ δεῖ ἓν	δεδιὼς
4, 5-6	ᾧ καθαίρεται τὸ τῆς κεφαλῆς	eliminar
4, 8	αναγαργαρίζειν χρή	ἀναγαργαρίστοις χρῆσθαι
4, 18	γενόμενον	eliminar

Pasaje	Ed. de Littré	Texto adoptado
4, 19	ἐξάπινον	ἄπνουν
4, 22	μηδὲ	ἢ μὴ
4, 25	καὶ βιβρώσκονται	eliminar
5, 1-2	πρῆγμα πνέεται, καὶ	πρῆσμα γίγνεταί τε καὶ
10, 7	ποιέειν τὰ αὐτὰ	τοῖσι αὐτοῖσιν
10, 8	διδόναι˙	διδόναι ἢ ὕδωρ˙
14, 3	διδόναι καὶ ῥοφεῖν, ὅ τι... εἶναι	διδόναι ὅ τι... εἶναι καὶ ῥοφεῖν
17, 6	πολλάκις δὲ	καὶ ἔστιν ὅτε
18, 19-20	ὁ τριταῖος καὶ ὁ τεταρταῖος	τριταῖος καὶ τεταρταῖος
20, 8	τοῖσι μὲν φλεγματώδεσι	ὁκόσοι μὲν φλεγματώδεες
47, 19	καθ' ἡμέρην δὲ	καὶ μὴ τελέειν †...†
56, 2	διδόναι δὲ ταῦτα χλιερώτερα	διδόναι δὲ τὰ σύμφορά ἐστιν ἐς ἄφοδον καὶ χλιερώτερα
57, 2	πέπων	eliminar
61, 4	λυπηρότερά	ἀλυπότερα
61, 13	[οὐ]	eliminar

José María Lucas

[1] Otro tratado del *CH* igualmente dirigido al «profano» es *Sobre la dieta sana* (E. LITTRÉ, *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, París, 1839 y sigs., vol. VI, págs. 72-86), pero es mucho más corto que *Sobre las afecciones* (en adelante, *Afecciones*) y su contenido se reduce a una recopilación de preceptos generales. No obstante, L. BOURGEY, *Observation et expérience chez les médecins de la Collection Hippocratique*, París, 1953, pág. 68, destaca que el carácter divulgador de estos tratados pone de manifiesto el gran esplendor ya alcanzado en ese momento por la medicina griega, así como la difusión entre los griegos de la época de un cierto estado de espíritu positivo, puesto que en unas obras dirigidas al gran público no encontramos una terapéutica tosca, sino un verdadero pensamiento médico, y ello de forma especial en el caso de *Afecciones*.

[2] Desde estas primeras líneas asienta su criterio sobre el sistema binario de humores flema/bilis, postura que reitera, una y otra vez, a todo lo largo del tratado, aunque en ocasiones y de forma particular hace concesiones a la sangre y al agua. Sobre este punto volveré con más pormenor dentro de esta misma Introducción.

[3] J. WITTENZELLNER, *Untersuchungen zu der pseudohippokratischen Schrift Perì pathôn*, tesis doct., Erlangen-Nuremberg, 1969, págs. 49-54.

[4] Es una realidad, pues, bastante próxima a nuestro «tronco».

[5] Cf. §§ 7, 9 y 24.

[6] Cf. §§ 10, 11, 18, 19, 21, 23, 25, 26, 27, 29 y 30. En el 18, la expresión temporal es reemplazada por la condicional «Si...».

[7] La mayoría de las veces en dativo del singular. En ocasiones también aparece el acusativo y el genitivo, variación ésta determinada lógicamente por el verbo concreto empleado en tales casos.

[8] Para este análisis de la estructuración individual de cada enfermedad, sigo a J. JOUANNA, *Hippocrate. Pour une archéologie de l'école de Cnide*, París, 1974, págs. 287 y sigs. Pero, al menos en una serie de casos, me parece detectar una precisión más: dentro de este momento del «tratamiento» parece también seguirse un cierto orden expositivo: primeramente se tiene en consideración la posibilidad de que haya dolor y, en consecuencia, se prescriben los medios para hacerlo desaparecer; luego se pasa a recomendar la purgación por arriba, para terminar con las medidas de purgación por abajo.

[9] Cf. § 8.

[10] Cf. §§ 9, 10, 11, 19, 21, 23, 26, 29 y 30. En algunos otros falta alguna parte. Y en los restantes, en especial los relativos a la cabeza, el esquema total aparece muy simplificado.

[11] Para una recopilación de todos esos testimonios, cf. H. GRENSEMANN, *Knidische Medizin*, Parte I: «Die Testimonien zur ältesten knidischen Lehre und Analysen knidischer Schriften im *Corpus Hippocraticum*», Berlín-Nueva York, 1975.

[12] No entro aquí en la problemática general de la escuela de Cnido: sus características propias, los tratados conservados que pertenecen a ella, su posible evolución, e incluso, como empieza a pensarse últimamente, si realmente existió una doctrina cnidia enfrentada a la de Cos. Remito a los escritos tenidos tradicionalmente como más netamente cnidios, que aparecerán en volúmenes posteriores.

[13] *Corpus Medicorum Graecorum* V, 10, 2, 2, pág. 55 WENKEBACH.

[14] En realidad, en ese pasaje Galeno sólo dice que el texto es de Eurifonte, pero, dado que un poco más arriba ha aludido a las *Sentencias cnidias* como escrito atribuido por algunos a ese médico cnidio, la crítica suele emparejar ambos pasajes y referir el texto citado a la susodicha obra. W. D. SMITH, «Galen on Coans versus Cnidians», *Bull. of the Hist. of Med.* 47 (1973), 569-585, rechaza categóricamente esta atribución en un intento de rebatir, de forma sistemática, los hipotéticos apoyos de Galeno a la tesis de una oposición doctrinal entre Cos y Cnido.

[15] En su edición con traducción latina del *CH* de 1862, vol. II, págs. LXVI-LXVIII.

[16] J. ILBERG, «Die Ärzteschule von Knidos», en los *Berichte über die Verhandlungen der sächsischen Akademie der Wissenschaften zu Leipzig, Phil. hist. Klasse*, LXXVI, 1924, 3. Heft, Leipzig, 1925.

[17] O. TEMKIN, «Die systematische Zusammenhang im Corpus Hippocraticum», *Kyklos* 1 (1928), 9-43.

[18] L. EDELSTEIN, *Perì aérōn und die Sammlung der hippokratischen Schriften*, Problemata IV, Berlín, 1931, pág. 159.

[19] BOURGEY, *Observation…*, págs. 67-69. (Cf. *supra*, n. 1.)

[20] R. JOLY, *Le niveau de la science hippocratique. Contribution à la psychologie de l'histoire des sciences*, París, 1966, págs. 31 y sigs. El autor incluye entre las típicamente cnidias a *Sobre las enfermedades* II y *Sobre las afecciones internas*, y, como emparentadas con la escuela, a *Sobre las enfermedades* I y III.

[21] Cf., por ejemplo, R. JOLY, «Le système cnidien des humeurs», en *La Collection hippocratique et son rôle dans l'histoire de la médecine. Colloque de Strasbourg* (Octobre, 1972), Leiden, 1975, págs. 107-127.

[22] WITTENZELLNER, *Untersuchungen…*, pág. 120. (Cf. *supra*, n. 3.)

[23] I. M. LONIE, «The Cnidian treatises of the *Corpus Hippocraticum», Classical Quarterly* 59 (1965), 1-30.

[24] Cf. *supra*, n. 8.

[25] El filólogo francés establece una evolución dentro del grupo a partir de las *Sentencias cnidias* con su doble redacción, que, probablemente, sirvió de modelo a los tratados conservados. Después de un detallado análisis de los paralelismos expositivos, y tomando como timón principal el concepto de etiología, que a su criterio va apareciendo progresivamente dentro de la escuela, llega a la conclusión de que *Afecciones*, junto con *Sobre las enfermedades* I, pertenece a la época reciente de esta escuela cnidia. Todo esto se apoyaría con el carácter retórico que traspasa todo el escrito, las interrupciones con reflexiones generales en medio de la exposición nosográfrica, o la prolongación dietética con que concluye la obra, así como la fijación más rigurosa del sistema binario de los humores, flema/bilis. Lonie, por el contrario, siguiendo el viejo criterio de Ilberg, piensa que la redacción más completa es la originaria de las *Sentencias cnidias*, a las que ya pertenecería, por lo tanto, el apartado sobre la etiología, que sólo aparece en algunos de los escritos. No obstante, a pesar de estas diferencias de fondo, uno y otro relacionan de forma estrecha a *Afecciones* con *Sobre las enfermedades* I dentro de todo el grupo.

[26] El caso tal vez más curioso sea el del propio Lonie, que, después del trabajo ya mencionado, no sólo renuncia a la idea de una oposición de escuelas entre Cos y Cnido, sino que incluso trata de demostrar que esta creencia es el fruto de una larga tradición que arranca con el primer historiador de la medicina, Daniel Le Clerc (1652-1728), que fue el primero en interpretar como oposición doctrinal lo que simplemente era una rivalidad profesional mencionada por Galeno (cf. I. M. LONIE, «Cos versus Cnidus and the historians», *History of Science* 16 [1978], 42-75 y 77-92).

[27] GRENSEMANN, *Knidische…*, págs. 205-215. (Cf. *supra*, n. 11.)

[28] WITTENZELLNER, *Untersuchungen…*, págs. 103-104 y 120. (Cf. *supra*, n. 3.)

[29] JOUANNA, *Hippocrate…*, págs. 511-513. (Cf. *supra*, n. 8.)

[30] Este Pólibo es, claro está, el discípulo, tal vez incluso yerno, de Hipócrates según una serie de testimonios transmitidos de la Antigüedad.

[31] H. GRENSEMANN, «Der Arzt Polybos als Verfasser hippokratischer Schriften», en las *Abhandlungen der Geistes und Sozialwissenschaftlichen Klasse*, Maguncia, 1968, núm. 2.

[32] Al año siguiente, J. JOUANNA, «Le médecin Polybe, est-il l'auteur de plusieurs ouvrages de la *Collection hippocratique?*», *Rev. Ét Gr.* 82 (1969), 552-562, coincidía en el rechazo de la autoría de Pólibo para

Afecciones, aunque disentía de Grensemann en el caso de *Sobre el parto de ocho meses*.

33 Grensemann explica el error aludiendo al hecho de que en nuestros manuscritos el § 24 de *Sobre la naturaleza del hombre*, último del tratado, coincide con el primero de *Afecciones* por un claro error en la transmisión, lo que habría llevado al copista a atribuir también nuestro escrito a Pólibo, autor real, a su juicio, de esa otra obra del *CH*. Pero, como bien hace ver Jouanna, el problema es más complicado, porque no debemos olvidar que la glosa atribuye el testimonio a Galeno, que, por su parte, tuvo a la vista un original distinto del que nos ha conservado la tradición manuscrita llegada a nosotros (cf., para más detalles, la nota 1 a nuestra traducción).

34 R. JOLY, «Le système cnidien des humeurs», en *La Collection hippocratique et son rôle dans l'histoire de la médecine. Colloque de Strasbourg* (Octubre, 1972), Leiden, 1975, págs. 107-127.

35 Tal vez el motivo de esta reducida mención se deba a que la sangre no se evacua con medicamentos, como los otros humores, sino principalmente por medio de sangrías.

36 JOUANNA, *Hippocrate*..., págs. 291 y sigs. (Cf. *supra*, n. 8.)

37 JOLY, «Le système...», pág. 120. (Cf. *supra*, n. 34.)

38 Cf. *supra*, n. 27.

39 V. DI BENEDETTO, «Cos e Cnido», en *Hippocratica. Actes du Colloque hippocratique de Paris* (Septiembre, 1978), París, 1980, páginas 104-108.

40 V. DI BENEDETTO, *ibid*., pág. 108, intenta también rebatir el criterio de ver en este hecho un rasgo específicamente cnidio, y lo compara con *Sobre la medicina antigua*, donde aparece el mismo concepto. Más recientemente, y con las mismas pretensiones, A. THIVEL, *Cnide et Cos? Essai sur les doctrines médicales dans la Collection Hippocratique*, París, 1981, págs. 338 y sigs.

41 JOUANNA, *Hippocrate*..., pág. 511. (Cf. *supra*, n. 8.)

42 V. DI BENEDETTO, «Cos...», pág. 108. O también A. THIVEL, *Cnide*..., págs. 236 y sigs. (Cf. *supra*, nn. 39 y 40.)

43 Cf. §§ 9, 15, 18, 23, 28 y 40.

44 ERMERINS, *Hippocratis*..., vol. II, pág. LXVII. (Cf. *supra*, n. 15.)

45 Un trabajo mucho más reciente, corroborando ese criterio tradicional, es el de G. HARIG, «Anfänge der theoretischen Pharmakologie im *Corpus Hippocraticum*», en *Hippocratica. Actes du Colloque hippocratique de Paris* (septiembre, 1978), París, 1980, pág. 225.

46 W. D. SMITH, «The development of classical dietetic theory», en *Hippocratica. Actes du Colloque hippocratique de Paris* (septiembre, 1978), París, 1980, págs. 439-446.

47 R JOLY, *Recherches sur le traité pseudo-hippocratique «Du Regime»*, París, 1960, págs. 103-8, había llegado a parecidas consecuencias tras un cotejo detenido entre *Sobre la dieta*, por un lado, y *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* y *Afecciones*, por otro; precisando, no obstante, que, a pesar de las divergencias entre todos ellos, el paralelismo es mayor entre *Sobre la dieta y Afecciones*.

48 «La propiedad que cada uno de los alimentos tiene, es preciso determinarla a partir de los que tienen evidente su propiedad...,» ésta y otras generalizaciones semejantes están repartidas por toda esta sección del tratado.

49 «Es preciso analizar de la manera siguiente la propiedad natural o artificial de cada alimento o bebida. Cuantos intentaron hablar globalmente de los alimentos dulces o grasos o... no los analizan correctamente, pues no tienen la misma propiedad entre sí ni los alimentos dulces ni los grasos ni...»

50 LONIE, «Cos versus...», pág. 17 y n. 2. (Cf. *supra*, n. 23.)

51 JOUANNA, *Hippocrate*..., pág. 509. (Cf. *supra*, n. 8.)

[52] J. B. DE C. M. SAUNDERS, *The transitions from ancient Egyptian to Greek Medecine*, Lawrence, 1963, págs. 15-18.

[53] Cf. WITTENZELLNER, *Untersuchungen*…, págs. 81-104. (Cf. *supra*, nota 3.)

[54] La primera cifra a partir de la izquierda indica el núm. del párrafo y la segunda el de la línea. Siempre según la edición de Littré.

SOBRE LAS AFECCIONES

Es preciso[1] que el hombre que es inteligente, dándose [**1**] cuenta de que la cosa merecedora de más importancia para las personas es la salud, sepa por su propio juicio prestarse a sí mismo ayuda en las enfermedades, y sepa también diagnosticar lo que los médicos dicen y administran sobre su cuerpo, y sepa cada una de estas cosas en la medida que es natural a un profano. Pues bien, esto cualquiera podría saberlo si antes que nada conoce y atiende a lo siguiente: los padecimientos les vienen en su totalidad a los hombres por causa de la bilis y de la flema[2]. La bilis y la flema dan lugar a las enfermedades cada vez que en el cuerpo o se secan o se humedecen o se calientan o se enfrían en exceso[3]. Y esto lo experimentan la flema y la bilis a consecuencia de la comida y de la bebida, de los esfuerzos y de las heridas, del olfato, del oído, de la vista y del coito, del calor y del frío. Y lo experimentan siempre que cada una de estas cosas mencionadas o no es administrada al cuerpo en el momento necesario o no es lo acostumbrado, o lo es en mayor cantidad y con más fuerza o en menor medida y con más debilidad. En conclusión, las dolencias les vienen en su totalidad a los hombres a consecuencia de estas cosas. Es preciso, pues, que en lo concerniente a esto el profano sepa cuanto es natural que sepa un profano; y en cuanto a lo que los profesionales[4] es natural que sepan y administren y traigan entre manos, respecto a eso que ellos dicen y hacen, es necesario que el profano pueda opinar, a su vez, con un cierto criterio. Pues bien, al punto yo[5] diré de donde es preciso que el profano sepa cada una de estas cosas.

Si sobrevienen dolores a la cabeza[6], conviene calentar [**2**] la cabeza de este enfermo con afusiones abundantes y calientes, y hacer salir la flema y las mucosidades provocando el estornudo. Y si de este modo se libra del dolor, basta esto. Pero si no se libra, purgar[7] la cabeza de flema, y poner una dieta de gachas y, de bebida, agua; pero no administrar vino hasta que el fuerte dolor de cabeza cese, puesto que, cuando la cabeza absorbe vino en estado de calentura, el dolor se hace aún más intenso. Los dolores sobrevienen debido a la flema[8], cada vez que se acumula en la cabeza al removerse[9]. Si de vez en cuando sobrevienen dolor y mareo en la cabeza, es conveniente también este mismo tratamiento, pero es conveniente también extraer sangre de la nariz, o de la vena que hay en la frente. Y si el padecimiento en la cabeza se hace duradero e intenso y no se retira, una vez purgada la cabeza es preciso o perforarle la cabeza o cauterizar en círculo las venas, puesto que de entre los demás recursos sólo a través de éstos hay esperanza de que llegue a estar sano.

[**3**] A los enfermos es preciso observarlos en el momento mismo en que comienzan con la aparición de las enfermedades, de qué puedan estar necesitados, y si están en disposición de ser purgados, y cualquier otra cosa que se desee administrarles. Pero si, dejando escapar el inicio, se administra cuando la enfermedad está llegando a su fin, ante el temor de administrar algo fuerte en el cuerpo ya desfallecido, hay riesgo de equivocarse más que de acertar[10].

[**4**] Si sobreviene dolor en los oídos, conviene aplicar afusiones abundantes y calientes de agua y baños de vapor en los oídos. Y si ante esto la flema se retira de la cabeza, diluyéndose, y el dolor desaparece, basta esto. Pero si no, de entre los restantes recursos el mejor es dar a beber un medicamento evacuante por arriba que purgue la flema, o bien purgar la cabeza de flema. También este dolor se produce cada vez que por dentro la flema se precipita en el oído desde la cabeza. Y si las zonas en torno a la faringe se inflaman, servirse de gargarismos[11]. También esto se produce a consecuencia de la flema. Y si las encías o cualquiera de las partes que hay bajo la lengua se inflaman, utilizar masticatorios. También esto se produce debido a la flema. Y si la campanilla, inflamada, cuelga distendida y produce ahogo —algunos llaman a esto *gargareón*[12]—, al punto utilizar los gargarismos, preparándolos como está prescrito en el tratado sobre los fármacos. Y si ante esto no se vuelve delgada, tras rasurar por detrás la cabeza, aplicar dos ventosas, extraer la mayor cantidad de sangre posible, y atraer hacia atrás el flujo de la flema. Y si ni con esto se vuelve a su ser, tras hacer una incisión con un pequeño cuchillo, extraer el agua, y hacer la incisión cuando el extremo esté un tanto rojo; pero si no es sajada en tal estado, tiene propensión a seguir inflamándose, y hay casos en que provocó un ahogo sin poder respirar. También esto se produce a consecuencia de la flema, cada vez que de la cabeza con calentura fluye hacia abajo en masa compacta. Respecto a las dolencias cuantas se producen en torno a los dientes, si tiene ya caries y se mueve, extraerlo; pero si no tiene aún caries o no se mueve, pero produce dolor, desecarlo quemándolo. Son convenientes también los masticatorios. Los dolores se producen cada vez que la flema desciende hasta las raíces de los dientes. Son carcomidos, unos por obra de la flema, otros por los alimentos, si son de naturaleza débiles, tienen algún hueco y están incrustados en las encías de forma incorrecta[13].

[**5**] Si se produce un pólipo en la nariz, se forma como una hinchazón, y se dilata fuera de la ventana de la nariz de costado. Se extirpa con un lazo tirando en dirección a la boca fuera de la nariz[14]. Otros se descomponen con medicamentos. Se produce a causa de la flema. Éstas son las enfermedades que provienen de la cabeza, con excepción de los ojos; éstas se tratarán de forma particular.

[**6**] Respecto a las enfermedades del tórax y del abdomen[15] es preciso tener presente las siguientes: pleuresía, perineumonía, causón, *frenitis*[16]. Éstas reciben el nombre de agudas y surgen con muchísima frecuencia y muy virulentas durante el invierno, pero también surgen en el verano, aunque en menor medida y más suaves. Si casualmente se está presente en algún caso de éstos, se podría hacer y aconsejar sobre todo lo siguiente:

Pleuresía[17]. Se apodera de uno fiebre, dolor de costado, [**7**] ortopnea y tos. La saliva de la expectoración es desde el principio biliosa y, después que llega el quinto día o el sexto, también supurante. A este enfermo con respecto al dolor de costado darle lo que aleje del costado la flema y la bilis, puesto que de esta manera el dolor con toda probabilidad será mucho más débil. Tratar el vientre con una lavativa evacuante y refrescante, porque así se actúa de forma más conveniente a toda la enfermedad. Administrar bebida y gachas, y los líquidos darlos más ácidos, a fin de purgar por arriba el costado de esta saliva. Cuando empiece a purgarse el pus, conviene calentar desde fuera el costado a fin de reblandecer[18] lo que está adherido a él; pero no conviene antes, porque seca. Esta enfermedad se origina principalmente a consecuencia de las bebidas, cuando uno, al estar el cuerpo mojado, ya ebrio ya sobrio tirita de frío, pero también se origina de otra forma. La enfermedad hace crisis, la más corta en el séptimo día, la más larga en el decimocuarto; y si en este último el pus se expectora y el costado queda limpio de él, se vuelve sano, pero si no se expectora, se vuelve supurante, y la enfermedad larga.

[**8**] Hay crisis en las enfermedades cuando éstas o se hacen mayores o decrecen, o se transforman en otras enfermedades, o desaparecen[19].

[**9**] Perineumonía[20]. Se apodera de uno fiebre y tos, y la flema del principio se expectora espesa y pura, pero al sexto y séptimo día biliosa y pálida, y al octavo y noveno supurante. A este enfermo, si le sobreviene dolor bien de espalda bien de costado, darle lo que concretamente está prescrito en *El recetario*[21] para el dolor de costado en la pleuresía; y tratar con líquidos y gachas también para la evacuación y refrescamiento del vientre de igual forma que en la pleuresía. Y para purgar por arriba el pulmón de saliva y del pus, dar medicamentos líquidos, con los que el pulmón se humedece y el pus se purga por arriba. Esta enfermedad se produce cuando la flema fluye abundante desde la cabeza hasta el pulmón[22]; y, en ocasiones, hay cambio de pleuresía en perineumonía, y de causón. Hace crisis en unos días, la más corta en catorce, la más larga en dieciocho. Sobreviven a ésta pocos, y se vuelven además supurantes a consecuencia de esta enfermedad, si en los días críticos no se purga el pulmón.

Cuando le coge a uno la *frenitis*, se apodera de él [**10**] fiebre baja al principio, y dolor en la parte de los hipocondrios, más en el lado derecho por la región del hígado. Pero cuando llega el cuarto y quinto día, la fiebre se hace más virulenta, y también los dolores, y el color de la piel se vuelve bilioso, y hay desvanecimiento de la mente. A este enfermo, en lo que atañe al dolor, darle lo mismo exactamente que en el caso de la pleuresía, y aplicarle fomentos donde esté el dolor. Cuidar el vientre y lo demás con los mismos procedimientos, a excepción de la bebida. Servirse de cualquier otra bebida que se quiera excepto el vino, o darle vinagre, miel y agua, o agua sólo. El vino no es conveniente cuando la mente se desvanece, ni en esta enfermedad ni en las demás. Aplicar afusiones abundantes y calientes por la cabeza en esta enfermedad es conveniente, pues, cuando el cuerpo se ablanda, brota sudor en mayor medida, y también el vientre y la orina fluyen mejor y él mismo se encuentra más fuerte. La enfermedad se produce a consecuencia de la bilis, cuando, al removerse, se asienta por las entrañas y el diafragma. Hace crisis, la más corta el séptimo día, la más larga el onceavo. Sobreviven también a ésta pocos. Se transforma también ella en perineumonía y, si se da este cambio, pocos sobreviven[23].

Cuando le coge a uno el causón, se apodera de él [**11**] fiebre y mucha sed, y la lengua se vuelve áspera y negra por causa precisamente del calor del aliento, y el color de la piel se hace bilioso, y las defecaciones biliosas, y la superficie externa se encuentra fría, mientras que la interna caliente. A este enfermo es conveniente administrarle remedios refrescantes, tanto en el vientre como desde fuera por el cuerpo; cuidando de que no tirite. Y dar líquidos y gachas frecuentes, pero en pequeña cantidad, lo más frías posible. Y cuidar el vientre y, si no evacúa lo que hay dentro, purgar con lavativa. Refrescar con lavativas lo más frías posible o bien a diario o bien cada dos días. Esta enfermedad se origina a consecuencia de la bilis, cuando, al removerse, se adhiere a alguna parte del interior del cuerpo. Suele también transformarse en perineumonía. Hace crisis, la más corta al noveno día, la más larga al decimocuarto. Y si se transforma en perineumonía, pocos sobreviven, mientras que si no se transforma, sobreviven muchos[24]. Éstas son, pues, las enfermedades que reciben el nombre de agudas, y es preciso tratarlas de esa manera.

[**12**] De cuantas otras fiebres aparecen en el invierno, ya sea a consecuencia del vino, ya de la fatiga, ya de alguna otra cosa, es preciso tener precaución, pues se transforman a veces en enfermedades agudas. La transformación de éstas se produce así: cuando, al removerse los dos humores —la flema y la bilis—, no se administra lo conveniente al cuerpo, la flema y la bilis, reuniéndose la una con la otra, se precipitan

sobre alguna parte del cuerpo al azar, y se produce o la pleuresía o la *frenitis* o la perineumonía. Es preciso, pues, tener precaución con las fiebres del invierno. La precaución debe consistir en reposo, delgadez y evacuación del vientre. Mantener con gachas y líquidos, hasta que la fiebre baje.

De entre las enfermedades prácticamente las agudas [**13**] son las que principalmente provocan la muerte, y las que producen mayores fatigas, y ante ellas se tiene necesidad de la mayor precaución y del más preciso tratamiento, y que ningún mal proviniente del que le trata se añada, sino que baste lo que resulta de estas enfermedades, y que por el contrario se sume cualquier bien que sea posible. Y si, a pesar de que el médico trate correctamente, el paciente es vencido por la magnitud de la enfermedad, la culpa de esto no es del médico; pero si, por no tratar correctamente o no saber, es vencido por la enfermedad, lo es del médico[25].

Durante el verano se produce lo siguiente: se apodera [**14**] de uno fiebre alta y sed, y algunos vomitan bilis, y a algunos incluso les ataca la diarrea. A estos enfermos darles de beber lo que a uno le parezca que es apropiado, y ponerles una dieta de gachas. Y si la bilis o la flema se instalan junto al corazón, tras beber agua fría o aguamiel[26], vomiten; y si el vientre no defeca, utilizar lavativa o supositorio. La enfermedad se produce por causa de la bilis, y se ven libres poco más o menos al séptimo día o al noveno. Pero si, mientras dura la fiebre, no se purga ni por abajo ni por arriba, y el malestar está extendido por todo el cuerpo, cuando esté en el tercer o cuarto día, purgar por abajo con algún medicamento ligero, o con líquidos. Y dar gachas de mijo o de harina, y tratar con los mismos líquidos. También esto lo sufren por causa de la bilis. Si la superficie de fuera no está febril en exceso, pero sí la de dentro, y la lengua se vuelve áspera y negra, y los pies y las manos en sus extremos fríos, a este enfermo no darle medicamento alguno, sino tratarlo administrándole líquidos fríos al vientre y por el resto del cuerpo. Esta fiebre se llama de causón. Hace crisis aproximadamente al décimo día, y al undécimo, y al decimocuarto[27]. Si la febrilidad lo coge y lo deja, y una pesadez de cuerpo se apodera de él, a este enfermo, mientras la febrilidad lo domine, tratarlo con gachas y líquidos; cuando no lo domine, darle también alimentos sólidos. Purgar lo más pronto posible con algún medicamento, por arriba o por abajo según parezca necesario.

[**15**] Si la fiebre no lo domina, pero tiene la boca amarga y el cuerpo pesado y está sin apetito, darle algún medicamento. Sufre esto por causa de la bilis, cuando se adhiere dentro de las venas y de las articulaciones. Respecto a los restantes dolores cuantos se producen en el tórax o en el vientre en el verano, para cuantos surgen por los hipocondrios y el corazón, tras hacer aguamiel, aproximadamente tres *cotiles*[28],

añadiéndole vinagre, désele a beberlo tibio. Y, tras contenerse durante un poco de tiempo y calentarse con fuego y ropa, vomite. Y si, después de haber vomitado, le vienen ganas de nuevo y tiene ahogo, fuerce de nuevo el vómito. O, tras aplicarle afusiones abundantes y calientes, poner una lavativa, y dar fomentos, si el dolor persiste. Se sufre esto principalmente a causa de la flema, cuando, al removerse, se aproxima al corazón. A los que sufren tales dolores darles también los medicamentos que en *El recetario* está prescrito que hacen cesar el dolor. Y si el dolor se cambia a un sitio u otro del tórax o del vientre, y está sin fiebre, aplicar afusiones abundantes y calientes, y dar a beber para el dolor lo que está prescrito en la pleuresía, o de los demás recursos el que parezca bien. Y si no se ve libre del dolor, purgar por abajo con algún medicamento, y mantenerlo apartado de comidas sólidas mientras el dolor persista. Los tales dolores que así andan errantes, se producen debido a la bilis. Para cuantos dolores surgen por debajo del ombligo, poner una lavativa suave; y si no cesan, dar un evacuante por abajo.

Respecto a cuantos dolores surgen repentinamente [**16**] en el cuerpo sin fiebre, conviene aplicar afusiones abundantes y calientes, y fomentos, pues la flema y la bilis, al confluir, son potentes y dominan la parte del cuerpo dondequiera que se establezcan, y dan lugar a fatiga y dolor agudo, mientras que al esparcirse en varias direcciones, son más débiles en la parte del cuerpo en que se hagan manifiestas.

Cuantas dolencias aparecen en el verano, suelen producirse [**17**] así: cuando el cuerpo es calentado por el sol, se humedece y, al humedecerse, enferma, o bien en su totalidad, o bien dondequiera que se fijen la flema y la bilis. Si uno, pues, trata estas enfermedades en los primeros momentos, no resultan ni largas ni peligrosas; pero si no las trata o las trata mal, suelen hacerse largas y, en ocasiones, incluso provocan la muerte.

[**18**] Tanto las fiebres tercianas como las cuartanas nacen de las mismas circunstancias. La aparición de estas enfermedades tiene lugar principalmente en el verano, pero para algunos también en el invierno. Cuando se apodera de uno una fiebre terciana, si parece que el enfermo no está limpio[29], administrar un medicamento evacuante el cuarto día; pero si parece que no se precisa de medicamento evacuante, administrar líquidos medicinales, con los que la fiebre cambiará o desaparecerá, y administrarlos como está prescrito en el tratado sobre los fármacos. Y en el acceso poner un régimen de gachas y bebida, mientras que en los días intermedios de alimentos sólidos purgantes. Ataca las más de las veces no con mucha intensidad; pero si no se trata, suele transformarse en cuartana y llegar a ser larga. Si es una cuartana la que le coge, en caso de que no esté limpio, purgar primero la cabeza y, después de dejar pasar tres o cuatro

días, administrar un medicamento evacuante por arriba durante el acceso mismo y, tras dejar pasar un tiempo, dar otro por abajo dentro del propio acceso; y si con esto no cesa, tras dejar pasar un nuevo espacio de tiempo, aplicar afusiones abundantes y calientes y administrar los medicamentos que están prescritos. Utilizar líquidos, gachas y el restante régimen como en la terciana. Esta fiebre a la inmensa mayoría los domina durante un largo período de tiempo, a otros, sin embargo, también durante un período corto. La terciana y la cuartana se producen a causa de la bilis y de la flema. Y por qué la fiebre es terciana y cuartana, está descrito por mí[30] en otro lugar. Los medicamentos que se dan a beber en estas fiebres tienen la propiedad de hacer que el cuerpo, según la región, esté a la temperatura de calor o frío acostumbrada, y no tenga ni calor ni frío más allá de lo natural. Administrarlos como está prescrito en *El recetario*[31].

Cuando le coge a uno la flema blanca[32], el cuerpo [**19**] se hincha todo él con una hinchazón blanca, y a lo largo del mismo día parece que en un momento está más a gusto, y en otro peor, y la hinchazón se hace mayor en unas partes del cuerpo y menor en otras. A este enfermo administrarle purgantes por abajo, a cuyo efecto se purgue el agua[33] o la flema; y ponerle un régimen de alimentos sólidos y líquidos y ejercicios, a cuyo efecto llegue a estar lo más seco y más delgado posible. Esta enfermedad se produce a causa de la flema, cuando uno, por estar flemático debido a fiebres largas, se vuelve impuro y su flema se esparce por la carne. Y no es más blanca esta flema que la restante, pero la piel aparece más blanca, porque la sangre, debido a la abundancia de flema, resulta más aguada y, paralelamente, no hay en ella el buen color natural, y por ello aparecen más blancos y la enfermedad recibe el nombre de flema blanca. Pues bien, si se recibe tratamiento al comenzar la enfermedad, llega a sanar; pero si no, la enfermedad se transforma en hidropesía y, por lo general, causa la muerte de la persona.

[**20**] De cuantos tienen un bazo grande, todos los que son biliosos se vuelven de mal color y con úlceras malignas y mal aliento y delgados, y el bazo duro y siempre poco más o menos igual de tamaño. Y los alimentos sólidos no se evacúan. Por el contrario, todos los que son flemáticos sufren esto en menor medida, y el bazo unas veces se hace más grande y otras más pequeño. A estos enfermos conviene, si parecen no estar limpios, purgarles tanto la cabeza como el resto del cuerpo. Y si no necesitan de un medicamento evacuante, ponerles un régimen: de un lado, a cuantos son flemáticos tratando de secarles el cuerpo y reducirles la hinchazón con alimentos sólidos y líquidos y vómitos y ejercicios gimnásticos los más posibles y paseos; y durante la primavera purgar por arriba con eléboro[34]. De otro lado, a cuantos son biliosos conviene humedecerlos con el régimen y hacerles evacuar el vientre y la vejiga y aliviar la vena del bazo con frecuencia.

Y utilizar los medicamentos diuréticos que están prescritos para ablandar el bazo, y purgar en un momento del año[35], y esto por lo que se refiere a la bilis. Algunos de los que tienen el bazo dilatado no se ven socorridos por los medicamentos que han bebido, ni por el resto del tratamiento, ni su bazo se vuelve en medida alguna más reducido, sino que los recursos administrados son superados por la magnitud de la enfermedad. Con el paso del tiempo a algunos la enfermedad se les transforma en hidropesía, y mueren; a otros les supura y, cauterizándoselo, llegan a sanar; a otros, incluso, envejece con ellos duro y grande. La enfermedad se produce cuando, a resultas de fiebres o de un mal tratamiento, la bilis o la flema o ambas se fijan en el bazo, y el padecimiento es largo, pero no mortal. De los medicamentos que se dan en el caso del bazo, unos purgan a través de la vejiga y lo hacen más blando, otros no purgan ni por la vejiga ni por ningún otro conducto nada que también sea visible, pero ablandan el bazo[36].

Cuando le coge a uno el íleo[37], el vientre se vuelve [**21**] duro, y no evacua, y el dolor afecta a todo el vientre, y hay fiebre y sed, y a veces a causa de la fatiga también vomita bilis. A este enfermo es preciso humedecerlo tanto por dentro como por fuera, y aplicarle afusiones abundantes y calientes, y darle a beber cuanto remueve el vientre y hace evacuar la orina, y poner una lavativa si la acepta y, si no acepta la lavativa, atar una pequeña caña al piezgo de un odre y, tras hincharlo, inyectar dentro del enfermo gran cantidad del aire[38] y, una vez que el intestino y el vientre se dilaten por efecto del aire, retirando la caña inyectar al punto una lavativa y, si la acepta, evacuará y llegará a sanar, pero si ni así acepta la lavativa, muere aproximadamente al séptimo día. Tal enfermedad se produce cuando una acumulación de excremento se calcina en el intestino; alrededor de ello se acumula la flema, y el intestino, puesto que esta acumulación está endurecida, se inflama. Y ni acepta los medicamentos bebidos por arriba, sino que los vomita, ni acepta las lavativas administradas por abajo. La enfermedad es aguda y peligrosa.

[**22**] La hidropesía[39] se produce la mayor parte de las veces cuando uno, a partir de una larga enfermedad, continúa impuro durante mucho tiempo, pues la carne se consume, se diluye y se vuelve agua. La hidropesía surge también a partir del bazo, cuando está enfermo, y a partir del hígado, y a partir de la flema blanca, y a partir de la disentería, y a partir de la lientería. Si la hidropesía surge a partir de una situación de impureza, el vientre se llena de agua, los pies y las piernas se hinchan, y los hombros, las clavículas, el pecho y los muslos se diluyen. A este enfermo, si se le coge en su comienzo antes de que llegue a haber exceso de acumulación de agua, hacerle beber medicamentos evacuantes por abajo, a cuya acción el agua o la flema se purgan, y no remover la bilis, y

poner un régimen de alimentos sólidos, de líquidos, de ejercicios y de paseos, bajo cuyo efecto se le reducirá la hinchazón y quedará seco, y la carne lo más dura posible. La enfermedad es mortal, sobre todo si el vientre se apresura a llenarse de agua. Cuando, a partir del bazo o del hígado o de la flema blanca o de la disentería, se transforma en hidropesía, conviene tratar con los mismos procedimientos. Y sobreviven no en gran número, pues de las enfermedades cualquiera que surja sobre otra anterior, la mayor parte de las veces provoca la muerte, ya que, cuando al cuerpo, que está debilitado por la enfermedad presente, le sobreviene otra enfermedad, sucumbe de debilidad por anticipado, antes de que concluya la otra enfermedad que ha llegado la última. El agua se produce así: una vez que la carne se ha consumido por los efectos de la flema, del tiempo, de la enfermedad, de la impureza, del mal tratamiento y de las fiebres, se diluye y se hace agua. Y el vientre no reparte el agua por todo su interior, sino que ésta permanece en círculo alrededor de aquél. Si, pues, por efecto de los medicamentos o del resto del tratamiento el enfermo se ve socorrido, también su vientre se afloja; y si no, abrir y sacar el agua. Se abre o bien junto al ombligo o bien por detrás en la parte baja del costado. También sobreviven de aquí pocos.

Cuando le coge a uno la disentería, un dolor domina [**23**] por todo el vientre, hay cólico, y evacua bilis, flema y sangre calcinada. Tras purgar la cabeza de este enfermo, hacerle beber un medicamento evacuante por arriba, que purgue la flema, y tras lavar por completo el vientre con leche hervida, tratar el resto del cuerpo. Y si está sin fiebre, que el vientre evacue constantemente lo que hay dentro con la ayuda de substancias grasas, resinosas, dulces y húmedas, y aplicar afusiones abundantes y calientes en la zona por debajo del ombligo, si domina algún dolor. Y administrar líquidos, gachas y alimentos sólidos según lo prescrito en *El recetario*. La enfermedad se produce cuando la bilis y la flema se fijan a las venas y al vientre. La sangre se corrompe y se evacúa putrefacta, y también enferma el intestino, se excoria y le salen úlceras. Esta enfermedad llega a ser larga, muy dolorosa y mortal. Y si se trata cuando aún el cuerpo está fuerte, hay esperanza de sobrevivir; pero si es cuando ya está diluido y el vientre por todos lados ulcerado, ninguna esperanza hay de vida.

[**24**] Lientería. Los alimentos sólidos se evacuan sin digerir, líquidos. No hay dolor, pero el cuerpo adelgaza. A este enfermo tratarlo con los mismos procedimientos que a los alcanzados por la disentería. La enfermedad surge cuando desde la cabeza y el pecho se produce un flujo de flema hasta el vientre. Cuando sucede esto, los alimentos sólidos se enfrían y humedecen bajo la acción de aquélla[40], y la salida de estas substancias sin digerir se produce rápida, y el cuerpo se consume, en parte porque los alimentos no se

cuecen en el vientre un tiempo suficiente, y en parte porque, contra lo que es natural, se calientan por la acción del vientre que está caliente.

[**25**] Cuando le coge a uno la diarrea larga, primeramente se evacua en estado líquido lo que entra de fuera, luego flema. Y come bastante, pero debido a la abundante evacuación se vuelve débil y delgado. A este enfermo desecarlo por arriba haciéndole beber eléboro[41] y purgándole la cabeza de flema, y también lavar por entero el vientre con leche hervida, luego tratar lo demás con alimentos sólidos y líquidos, con los que se desecará el vientre y el cuerpo entero. La enfermedad surge de lo mismo que la lientería. Estas enfermedades: la disentería, la lientería y la diarrea, son semejantes, y es preciso curarlas así: interrumpir el flujo que baja de la cabeza y del pecho, o bien desviarlo, pues la naturaleza de la enfermedad surge de ahí, y nadie en modo alguno podrá censurar el diagnóstico. También con respecto a las demás enfermedades es preciso reflexionar poco más o menos así, de dónde le viene a cada una su naturaleza. Y, si se reflexiona así y se alcanza el comienzo de las enfermedades, mínimamente se equivocará uno probablemente.

Cuando el tenesmo lo coge a uno, se evacua sangre [**26**] negra y moco, y surge malestar en el vientre, y en especial cuando se va a la letrina. Es conveniente humedecer el vientre de este enfermo, bañarlo de aceite, caldearlo, hacerle evacuar lo que hay dentro y aplicarle afusiones calientes, excepto en la cabeza. Suele esta enfermedad consumir los alimentos en una mayor cantidad, pues los cólicos se producen con el vientre vacío por efecto de la sangre y de la mucosidad, cuando lo atraviesan en su salida y llegan al intestino; mientras que, cuando hay alimentos dentro, en menor medida ocasiona retortijones al intestino. Y surge a partir de lo mismo que la disentería, pero es más débil y corta, y no mortal.

Cuando a consecuencia del vino o de la comida le [**27**] coge a uno el cólera o la diarrea, en el caso de la diarrea es conveniente permanecer en ayunas y, si tiene sed, dar vino dulce o aguapié[42] dulce, y por la tarde dar lo que también es apropiado a los purgados con medicamento. Y si no cesa y se quiere hacerla cesar, forzar el vómito por medio de algún alimento o de una decocción de lentejas. Y al punto se levanta a nivel de vómito la evacuación por abajo. Y si se pone una lavativa con agua de lentejas o de garbanzos, también de esta forma cesará. De otro lado, en el caso del cólera es conveniente, si hay dolor, administrar lo que en el tratado sobre los fármacos está prescrito que hace cesar el dolor, y tratar tanto el pecho como el vientre, humedeciéndolos con líquidos, y ablandando el cuerpo con afusiones calientes, excepto en la cabeza. Y el vómito de esta forma se produce más fácil, si algo húmedo penetra

dentro, y lo que está almacenado es arrojado por arriba, y la evacuación fluye mucho más. Si está vacío, vomita violentamente, y evacúa más violentamente. Por la tarde darle también a éste cuanto precisamente es apropiado al que ha bebido algún medicamento. Estos padecimientos, cuantos surgen a consecuencia de la bebida y de la comida, se dan cuando los alimentos sólidos o los líquidos penetran en el estómago en mayor medida de lo acostumbrado, y cuando los elementos externos, que suelen calentar en exceso el cuerpo, remueven la bilis y la flema.

[**28**] Las modalidades de la estranguria son muchas y de todas clases[43]. Es conveniente ablandar por fuera el cuerpo con afusiones calientes, y humedecer por dentro el vientre con alimentos bajo cuya acción se haga fluido, y la vejiga con líquidos bajo cuya acción la orina fluya en la mayor medida posible. Dar también los medicamentos diuréticos que en *El recetario* está prescrito que hacen cesar el dolor. La enfermedad se produce a causa de la flema[44]. Y cuando la vejiga se seca, o se enfría, o se vacía, produce dolor; mientras que cuando está húmeda, llena y fría, en menor medida. La enfermedad para los ancianos es más larga, pero para los jóvenes más corta, y mortal para ninguno de los dos.

[**29**] Cuando se produce la ciática, un dolor alcanza en la unión de la cadera, en el extremo de la rabadilla y en el glúteo; al final también por toda la extremidad[45] deambula el dolor. A este enfermo es conveniente, mientras haya dolor, ablandarle la parte de la pierna por dondequiera que el dolor se fije, con afusiones, fomentos y calor, y hacerle evacuar el vientre. Y cuando el dolor remita, administrar un medicamento evacuante por abajo y, después de esto, dar a beber leche de burra hervida. Y para el dolor dar lo que está prescrito en el tratado sobre los fármacos. La enfermedad se produce una vez que la bilis y la flema se fijan al conducto sanguíneo, bien a resultas de otra enfermedad, bien de alguna otra manera, en tanta medida en cuanta porción de sangre se corrompa coagulada por la flema y la bilis, pues aquélla deambula extremidad arriba a través del conducto sanguíneo y, dondequiera que se detiene, el dolor se hace allí manifiesto sobremanera, y la enfermedad se hace larga y penosa, pero no mortal. Si el dolor se fija en un único lugar, sea el que fuere, y permanece quieto, y no se le expulsa con los medicamentos, cauterizar dondequiera que se encuentre el dolor, y cauterizar con lino crudo.

Cuando le coge a uno la enfermedad de la artritis, [**30**] se apodera de él calentura, y un dolor agudo se apodera de las articulaciones del cuerpo, y los dolores, más agudos o más débiles, se van fijando ya a una articulación ya a otra. A este enfermo conviene administrarle aplicaciones refrescantes dondequiera que el dolor domine, y hacerle

evacuar del vientre lo que haya dentro mediante lavativas o supositorios, y dar de comer y beber lo que parezca que habrá de ser conveniente. Y cuando el dolor afloje, hacerle beber un medicamento evacuante por abajo y, después de esto, darle a beber suero hervido o leche de burra[46]. La enfermedad se produce a causa de la bilis y de la flema, cuando, al removerse, se fijan a las articulaciones. Y resulta corta y aguda, pero no mortal. Suele sucederle a los jóvenes más que a los viejos.

[**31**] La podagra es la más violenta de todas estas dolencias cuantas afectan a las articulaciones, la más larga, y la más difícil de rechazar. Y esta enfermedad se da cuando la sangre que hay en las venas pequeñas se corrompe bajo la acción de la bilis y de la flema. En tanto en cuanto esta enfermedad se da en las venillas más delgadas y que necesariamente hay por la mayor parte del cuerpo, y en los nervios y en muchos sólidos huesos, en esa medida es la más constante y la más difícil de rechazar. Es conveniente también para ésta lo mismo que para la artritis. Y también esta enfermedad es larga y penosa, pero no mortal. Si el dolor se queda en los dedos pulgares, cauterizar las venas del dedo un poco más arriba del nudillo, y cauterizar con lino crudo.

[**32**] La ictericia[47] es preciso tratarla así: ablandar por fuera el cuerpo con afusiones calientes, humedecer el vientre y la vejiga, y dar los diuréticos que ya están prescritos. Si es virulenta, tras purgar la cabeza, dar de beber un medicamento purgante por abajo, cualquiera que purgue la bilis, y luego utilizar los diuréticos. La enfermedad se produce cuando la bilis, al removerse, se reparte bajo la piel.

[**33**] Un profano que sepa estas cosas no caerá en enfermedades irremediables en igual medida, pues también las enfermedades suelen hacerse grandes y largas a partir de pequeños motivos. Y cuantos alimentos sólidos o líquidos o gachas o medicamentos hay que se dan para el dolor, ninguno de ellos es peligroso de administrar en cualquier momento, si se administra según lo prescrito. Pero respecto a cuantos medicamentos purgan la bilis o la flema, los riesgos y las responsabilidades corresponden a los que dan los tratamientos. Hay, pues, que tener precaución principalmente con estos últimos. Éstas son cuantas enfermedades se producen en el tórax y en el abdomen, con excepción de las relativas a las supuraciones, consunciones[48] y a las circunstancias propias de la mujer, y éstas se describirán aparte.

Cuando brotan tumores, todos ellos lo hacen por [**34**] obra de la flema o de la sangre[49]. Cuando la acumulación de estas últimas se debe a un golpe o caída, es conveniente a unos, tras aplicar cataplasmas y dar de beber medicamentos, disolverlos, mientras que a otros, tras aplicar cataplasmas, dejarlos que lleguen a supurar. Se los disuelve en los casos de cuantas cataplasmas, por efecto de su calor, humedecen y no los

absorben para sí. Por el contrario, se los deja que lleguen a supurar en los casos de cuantas cataplasmas con su calor los condensan. Cuando sean sajados o se abran por sí mismos, limpiar el humor con un medicamento y, cuando cesen de echar pus, curarlos como una herida.

La lepra, el prurigo, la sarna, los líquenes, la lepra [**35**] blanca y la alopecia se producen a causa de la flema. Tales fenómenos son una deformidad más que enfermedades. El favo, la escrófula, las pústulas, los diviesos y el ántrax brotan por causa de la flema.

Estos medicamentos con que se intenta purgar, utilizarlos [**36**] así: a cuantos son biliosos, administra aquellos por cuya acción se purga la bilis; a cuantos son flemáticos, aquellos por cuya acción lo hace la flema; a cuantos son melancólicos[50], aquellos por cuya acción lo hace la bilis negra; y a los hidrópicos, aquellos por cuya acción lo hace el agua. Cuantos medicamentos líquidos se administran y no purgan ni la bilis ni la flema, ésos, cuando penetren en el cuerpo, es preciso que ofrezcan la propiedad o de enfriar, o de calentar, o de desecar, o de humedecer, o de condensar, o de diluir. Y cuantos producen sueño, es preciso que ese medicamento proporcione tranquilidad al cuerpo.

[**37**] Cuando se llegue al lado de un enfermo, es preciso preguntarle por lo que sufre, y a partir de qué circunstancia, y cuántos días hace, y por el vientre si evacúa, y por la dieta que sigue, y considerar, respecto a la enfermedad, en primer lugar si es el resultado de la bilis o de la flema o de ambas a la vez, y tener bien presente esto: que hay necesidad de que surja de una de estas dos cosas o de ambas a la vez; luego, si necesita de desecación o de humectación, o unas partes del cuerpo de desecación y otras de humectación. Además, respecto a la enfermedad, si hay que tratarla por arriba, o por abajo, o a través de la vejiga, y si la enfermedad va en aumento, o decrece, o se resuelve, o se transforma en otra enfermedad.

[**38**] Hacer pasar hambre a los heridos, y evacuar fuera del vientre lo que hay dentro, utilizando una lavativa o administrando un medicamento evacuante por abajo, y dar de beber agua y vinagre, y de comer gachas. Las partes inflamadas refrescarlas con cataplasmas, y las tales cataplasmas que sean acelgas hervidas en agua, o apio, u hojas de olivo, de higuera, de saúco, de zarza, o de granado dulce, estas cosas utilizarlas hervidas, mientras que crudas las hojas del espino, o del agnocasto, o de la salvia, o de la lechetrezna, o poleo verde, o puerros, o apios, o cilantro u hojas de glasto. Si no se tiene nada de esto ni ninguna otra cataplasma, amasando harina con agua o con vino aplicarlo como cataplasma. Estas cataplasmas sirven durante tanto tiempo cuanto están más frías que la herida, pero cuando están más calientes o de un calor semejante, perjudican. Las

substancias grasas no van bien a las partes inflamadas, ni a las contaminadas, ni a las podridas, sino que a las partes inflamadas les van bien las aplicaciones frías, y a las contaminadas y a las podridas las ácidas y cuantas limpien dando lugar a algún escozor. Cuando se quiera aumentar la carne, las substancias grasas y las aplicaciones calientes van mejor, pues al contacto con estas cosas la carne crece.

De cuantos alimentos sólidos o líquidos utilizan las [**39**] personas para su régimen mientras están sanos, de ésos, teniendo como los tenemos a mano, hay que servirse para con los enfermos, preparándolos calientes, fríos, húmedos o secos: de fríos prepararlos calientes, de calientes no calientes, secos de no secos, y el resto de la misma manera. Y no hay que andar indeciso, ni encontrarse impotente con las cosas que hay a la mano y, por buscar lo que no está a la mano, no ser capaz de prestar ninguna ayuda al enfermo. Poca cosa se encontrará, si se examina rectamente fuera de lo que se utiliza para con el enfermo.

En todas las enfermedades dar gachas de cebada o [**40**] de mijo o de harina o de espelta. Cuantos de estos alimentos se den para la evacuación, darlos ligeros, bien cocidos, más dulces que salados o calientes. Cuantos sean para el fortalecimiento y la recuperación más espesos, grasos y moderadamente cocidos. Utilizar líquidos si se quiere hacer evacuar el vientre y la vejiga, como vino dulce o aguamiel; pero si se pretende producir estreñimiento, vino áspero, blanco, ligero, aguado; y si es para el fortalecimiento, vino áspero, tinto. A cuantos beben el vino con desagrado, darle los líquidos cuya preparación está prescrita en *El recetario*.

[**41**] A los que han estado tomando medicamentos líquidos evacuantes darles después de la purgación, si tienen fiebre, lentejas o mijo ligero o caldo de cebada. Dar cebada y mijo porque son ligeros, y espelta porque es más nutritiva que éstos, y harina porque es lo más nutritivo de todo. Las lentejas prepararlas aromáticas, y darlas en pequeña cantidad en segundo lugar porque también son unas gachas ligeras y buenas para el corazón. Echarle a las lentejas sal o miel, y comino y aceite, o un poco de poleo verde y de vinagre. Pero si no tienen fiebre, darles de comer la miga de un pan refinado tras desmenuzarla en un caldo, o pan de cebada y pescado en salazón cocido, o carne cocida de oveja lo más joven posible, o de ave, o de cachorro de perro, o acelgas, o de calabaza, o bledo, y, después de la comida, dar de beber vino aromático, añejo, blanco, aguado.

[**42**] A quienes no les sea conveniente lavarse, untarlos con vino y aceite calientes, y enjugarlos cada dos días.

[**43**] Cuando se quiera ablandar por medio de alimentos el vientre de uno que está

débil, dar pan de cebada, y, de comida, trozos de pescado de mar en salazón hervidos en su salsa, y carne cocida de oveja lo más joven posible, o de ciervo o de cachorro de perro o de ave, y acelgas o bledos o romaza o calabaza, si es la época; y hortalizas: apios, eneldos, albahacas; y el vino enmelado, añejo, blanco, aguado. Por el contrario, cuando se trate de desecar el cuerpo, dar pan de trigo y comidas asadas y secas, y todo ello bastante caliente, y de las carnes las extremidades cuantas sean carnosas, de los pescados los de roca, en cuanto a las hortalizas ruda o tomillo u orégano, y el vino tinto áspero. Y preparar las comidas con sal y cominos, y los demás condimentos utilizarlos lo menos posible. Por otro lado, cuando se quiera hacer recuperar de una enfermedad, dar respecto a lo demás lo mismo que cuando se trata de relajar el vientre, pero las carnes, en lugar de las tiernas, más sólidas y, en lugar de las de perro, las de ave o de liebre, y algunas de éstas, tanto carnes como pescados, cocidas y preparadas lo mejor posible. A cuantos conviene una desecación de sus enfermedades, les es conveniente una sola comida, y consumir los alimentos sólidos y los líquidos en una medida menor a quedarse llenos, y gastarlos con el ejercicio, y dar paseos, y dormir lo menos posible. Por el contrario, a cuantos conviene una humectación, no ayunar, y no estar falto de comida y de bebida, ni hacer ejercicio, y dormir cuanto quiera.

De cuantos alimentos o comidas o bebidas tengan [**44**] apetencia los enfermos, permítaseles, a no ser que haya de sobrevenirles algún daño al cuerpo. Cuando se comience a añadir o a suprimir comidas o bebidas, es preciso hacer tanto las adiciones como las supresiones poco a poco[51]. Cuantos son capaces de consumir alimentos en cantidad suficiente, no darles gachas, porque quitan el apetito; pero cuantos no son capaces, a ésos dárselas. Y si se quiere dar algo para la recuperación, dar espelta o decocción de trigo, pues estos tipos de gachas son más alimenticios, y darlo después de cenar.

Cuantos medicamentos son bebestibles y cuantos se [**45**] administran a las heridas, es preciso aprenderlos, pues es cosa digna de toda importancia, ya que no es por la reflexión por lo que los hombres los descubren, sino en mayor medida por el azar, y ni siquiera los profesionales más que los profanos. Pero cuantos descubrimientos sobre los alimentos o los medicamentos se hacen en la ciencia médica por medio de la reflexión, es preciso aprenderlos de manos de quienes son capaces de conocer claramente lo que hay en esta ciencia, si es que se quiere aprender algo.

[**46**] Después de las gachas dar el alimento sólido a los enfermos, y hacerles beber además vino aromático. Pero antes de los alimentos sólidos y de los líquidos o de las gachas, cualquiera que sea el que parezca oportuno, examinar el cuerpo y el estado

anímico de los enfermos y, luego ya, administrarles la comida y la bebida. Principalmente de esta forma es como se podrá ser útil.

[**47**] La propiedad que cada uno de los alimentos tiene, es preciso determinarla a partir de los que tienen evidente su propiedad, como los que ocasionan flatulencia o roedura o saciedad o eructo o cólico, o se evacuan, o no se evacúan, y es claro que lo hacen. A partir de éstos es preciso reflexionar también sobre los demás, pues cada alimento tiene algo por lo que tanto es útil como perjudica, pero unos son más evidentes en hacer lo que hacen, mientras que otros más confusos. Preparar y dar a los enfermos los alimentos y comidas bajo cuyo efecto no vaya a haber ni flatulencia, ni cardialgia, ni cólico, ni evacuen en demasía, ni extriñan en exceso. Y esto se produce de la siguiente manera: cuantos alimentos el vientre domina, y el cuerpo acepta, ésos no ocasionan ni flatulencia ni cólico; pero si el vientre no los domina, debido a ellos se produce tanto la flatulencia como el cólico y lo demás de este tipo. Los alimentos, comidas y bebidas más ligeros son cuantos, al entrar en el cuerpo en cantidad conveniente o un poco más de lo conveniente, no ocasionan ni saciedad ni cólico ni flatulencia ni ninguna otra cosa tal, y se digieren rápidamente y, una vez digeridos, se evacuan y, aunque estén entrando en el vientre todos los días, no son dañinos, e igualmente cuando entran de tarde en tarde. Por el contrario, son pesados cuantos, aunque se consuman en cantidad moderada o menos de la moderada, ocasionan saciedad y malestar; y no consumir † — †[52] no es posible ni comerlos ni beberlos, sino que ocasionan malestar; y si de tarde en tarde alguno los bebe o los come, incluso así ocasionan malestar y no se evacuan en proporción. Para la salud los mejores son cuantos, a pesar de entrar en mínima cantidad, son suficientes como remedio tanto del hambre como de la sed, y durante una gran cantidad de tiempo el cuerpo los retiene, y se evacúan en proporción. Para el fortalecimiento los mejores son cuantos hacen crecer una carne muy abundante y apretada, espesan la sangre, se evacúan de forma proporcional a los que entran, y el cuerpo los retiene durante mucho tiempo. Los alimentos aceitosos, los grasos, los del tipo del queso, de la miel, y del sésamo ocasionan sobre todo cardialgia, cólera, cólico, flatulencia y saciedad. Y se produce esto mismo también cuando se come o bebe más de cuanto el vientre es capaz de digerir. A los enfermos, si lo que se les da se les da de forma proporcional a la enfermedad y al cuerpo, el cuerpo lo consume totalmente poco a poco y ni está ni falto ni lleno; pero si uno se equivoca en la medida oportuna, ya en un sentido ya en otro, hay daño en ambos casos. Cuantos alimentos o comidas o bebidas el cuerpo acepta sobremanera, de resultas de éstos no se produce ni cólico ni flatulencia ni cardialgia, pues, cuando penetran en el vientre, el cuerpo atrae de allí lo que le es conveniente, y es

forzoso que ya el resto[53] sea más débil, de forma que no se produzca cólico o flatulencia o alguna otra cosa tal en el vientre[54].

[**48**] De los vinos tanto los dulces como los ásperos y los enmelados añejos hacen evacuar el vientre sobremanera, son diuréticos, alimentan, y no ocasionan ni flatulencia ni cólico ni saciedad.

[**49**] De las carnes las bien cocidas y las totalmente asadas son flojas ambas para el fortalecimiento. Pero para la evacuación las bien cocidas son apropiadas, mientras que las asadas son más astringentes. Las que están en un punto medio tanto de cocción como de asado son apropiadas tanto para el fortalecimiento como para la evacuación, mientras que las más crudas son apropiadas para el fortalecimiento, pero para la evacuación no.

[**50**] De los alimentos sólidos y líquidos los que son más útiles y suficientes sobremanera tanto para la nutrición como para la salud, por la acción de éstos precisamente es por lo que, cuando se les utiliza no en el momento oportuno o en una medida mayor de la oportuna, se producen las enfermedades y, a consecuencia de las enfermedades, las muertes. Los demás alimentos sólidos y líquidos que no tienen tal propiedad, proporcionan pequeña ayuda, aunque se los utilice en un momento plenamente oportuno, pero también dañan en pequeña medida, y en ambos casos son flojos, de tal forma que producen un cierto beneficio y, en igual medida, perjuicio. Los alimentos sólidos y líquidos que tienen esta propiedad son los siguientes: el pan de trigo, el pan de cebada, las carnes, los pescados, el vino; no obstante, de todos éstos unos en mayor medida, y otros en menor.

Cuantos tienen un régimen seco, a éstos no darles [**51**] la bebida a la par que la comida, sino después, dejando transcurrir un amplio espacio de tiempo; y así la humedad, volviéndose seca por efecto de los alimentos sólidos, que son secos, seca el cuerpo; pero si se da de beber a la vez que la comida, el alimento, volviéndose más húmedo, hace al cuerpo más húmedo. El pan caliente y las carnes calientes, si son ingeridos ellos solos, secan; pero si uno los da con algún líquido, o se da de beber inmediatamente después de la comida, no secan.

El pan de harina pura de trigo es más provechoso [**52**] para el fortalecimiento y el restablecimiento que el no pulverizado, y el reciente más que el de la víspera, y mejor de harina reciente que de más antigua. La harina de cebada salida de granos secos sólo ligeramente humedecidos al descascarillarlos, es más nutritiva que cuando aquéllos están humedecidos, y la reciente más que la antigua, y el pan de cebada, si está previamente amasado, es más nutritivo que si no lo está. El vino, si se trasvasa, y se enfría, y se filtra, se vuelve más ligero y con menos fuerza. Respecto a las carnes las cocidas, si uno las

hace bien cocidas, son más flojas y más ligeras, y las asadas, si están bien asadas, y las conservadas hace tiempo en vinagre o sal son más flojas y más ligeras que las frescas. Los alimentos flojos y ligeros no causan molestias al vientre ni al cuerpo, puesto que no hinchan por su calor ni llenan, sino que son digeridos rápidamente y, una vez digeridos, se evacuan; el jugo que se deriva de ellos para el cuerpo es flojo, y no produce ni crecimiento ni fortalecimiento dignos de mención. Los alimentos nutritivos producen hinchamiento cuando penetran en el vientre, y ocasionan hartura, y se digieren y evacúan más lentamente; el jugo que proviene de ellos, siendo nutritivo y puro, produce fortalecimiento y crecimiento al cuerpo en gran medida. De las carnes, las más ligeras para el cuerpo son las de perro, las de ave y las de liebre, bien cocidas; son pesadas las de ganado vacuno y las de lechón, mientras que las más apropiadas a la naturaleza humana, tanto cocidas como asadas y tanto para los sanos como para los enfermos, son las de cordero. Las de cerdo, de cara al bienestar y al fortalecimiento, son buenas para los que hacen esfuerzos y para los gimnastas, pero para los enfermos y para los hombres corrientes demasiado fuertes. Y las de los animales salvajes son más ligeras que las de los domésticos, porque no comen igual grano. La carne de los animales son diferentes según coman grano o no lo coman. Y el grano no produce el mismo efecto en todos, sino que en un caso hace la carne de la víctima prieta y fuerte, y en otro blanda, húmeda y débil. Los pescados, por decirlo en una palabra, son un alimento ligero, tanto cocidos como asados, tanto ellos solos como en compañía de otros alimentos. Éstos entre sí mismos presentan estas diferencias: tanto los de estanque, como los grasientos, como los de río, son más pesados, mientras que los costeros más ligeros, y cocidos más ligeros que asados. De éstos, dar los nutritivos cuando se quiera hacer recuperar a uno, mientras que los ligeros cuando sea necesario hacerlo seco y delgado.

[**53**] Respecto al baño caliente el moderado relaja el cuerpo y lo hace medrar, mientras que el superior al oportuno humedece las partes secas del cuerpo y seca las húmedas; y las secas, al humedecerse, ocasionan debilidad y lipotimia, y las húmedas, al secarse, sequedad y sed.

[**54**] De las hortalizas los ajos, tanto cocidos como asados, son no sólo diuréticos sino también evacuantes y convenientes para las menstruaciones de la mujer. Las cebollas son beneficiosas para la orina, pues su jugo produce una cierta acritud de forma que hace fluir la orina; utilizarlas en este sentido, pero no administrarlas a los enfermos. Los apios, tanto cocidos como crudos, son diuréticos, y de entre los apios los palustres tienen mayor eficacia que los cultivados. El cilantro es bueno para el corazón y diurético, tanto cocido como crudo. La albahaca es no sólo humectante sino también refrescante y

buena para el corazón. Respecto a los puerros los cocidos son diuréticos y evacuantes, mientras que los crudos ardientes y flemáticos. La granada es reconstituyente y flemática, y con las pepitas astringente, pero sin pepitas evacuante.

De los alimentos los calientes, si son secos, estriñen, [**55**] pues secan la humedad que hay en el vientre; pero si son húmedos, tras humedecer con su calor, hacen evacuar. Los astringentes secan, contraen el cuerpo, y también estriñen. Los agrios debilitan produciendo roedura. Los salados son evacuantes y diuréticos. Los aceitosos, los grasos y los dulces producen humectación y flema, pero son reconstituyentes. La calabaza, las acelgas, los bledos y las romazas, por su humedad, son evacuantes. La berza tiene una cierta acritud, lo que lleva a hacer evacuar, y a la vez es saludable. El queso, los sésamos y la uva pasa[55] son reconstituyentes y flemáticos. Los vinos dulces y enmelados son reconstituyentes, diuréticos y flemáticos, mientras que los ásperos apropiados para el fortalecimiento y la desecación, pero son también diuréticos, de entre los ásperos, cuantos son flojos, añejos y blancos. El aceite y todos los productos semejantes, reconstituyentes y flemáticos.

De las hortalizas cocidas son evacuantes cuantas por [**56**] naturaleza son húmedas o tienen acritud o calor, y es conveniente para la defecación darlas bien calientes y tiernas.

El melón es diurético, evacuante y ligero; el pepino [**57**] produce un cierto frescor y calma la sed. Ninguno de los dos tiene alimento, si no es en pequeña medida, pero en contrapartida tampoco mal alguno digno de mención se deriva de uno y otro.

[**58**] La miel, si se ingiere con otras cosas, alimenta y produce un buen color de piel, pero ella por sí sola debilita más que reconstituye, pues es diurética y evacuante más de lo normal.

[**59**] Los alimentos evacuantes se calientan en el vientre con rapidez y, mientras se calientan, se consumen y diluyen y, por ello, dan lugar rápidamente a la evacuación. Pero cuantos alimentos son astringentes, se calientan con lentitud y, mientras se calientan, se secan y se hacen espesos y, por ello, al estar muy duros no se evacuan. Los alimentos evacuantes son jugosos y por naturaleza calientes, mientras que los diuréticos secos y fríos.

[**60**] El trigo y el vino presentan diferencias también por su propia naturaleza en lo tocante a la energía o a la debilidad, a la ligereza o a la pesadez. Y produce diferencias también la región de donde procedan, según sea ésta rica en agua o falta en agua, y bien soleada o muy sombría, y rica o pobre, de tal forma que todo esto se une para hacer que cada uno de los alimentos sea más nutritivo o más flojo[56].

[**61**] Cuantos, mientras están sanos, tienen costumbre de comer pan, dárselo

también en las enfermedades. Cuando uno tome alimentos o líquidos en mayor medida de lo acostumbrado, o no digiera lo acostumbrado, vomitar al punto es lo mejor. La fruta y los frutos de cáscara dura son apenas molestos después de la comida, tanto para el sano como para el enfermo, por lo siguiente, porque, después de haber comido, el cuerpo extrae de ellas jugo en pequeña medida, mientras que si las come en ayunas, en mayor cantidad. De cuantos ali-mentos ocasionan flatulencia. o ardor, o acritud, o saciedad, o cólico, el vino, si se bebe puro a continuación, libra de ellos, pues el cuerpo, al ser calentado por el vino, expulsa por obra de ese calor los alimentos que hay dentro. Por efecto de alimentos y de líquidos semejantes el vientre unas veces se trastorna, otras se estriñe, y otras evacua de forma proporcionada. ¿Por qué esto es así? Primeramente, el vientre, cuando estando húmedo o seco en demasía recibe alimento, lo corrompe. Además, cuando hay un cambio, o bien de frío a calor o bien de calor a frío, lo corrompe. De esta forma, a la fuerza el vientre por efecto de los mismos alimentos y líquidos se vuelve más laxo o más duro debido a estos mismos motivos. De los alimentos sólidos, de los líquidos y de las comidas, con excepción del pan de trigo, del pan de cebada, de las carnes, de los pescados, del vino y del agua, todos los demás suponen ayudas flojas y débiles para el crecimiento, para el fortalecimiento y para la salud; flojos y débiles también son los males que se derivan de ellos. A cuantos enfermos no les cogen las fiebres de forma continua, sino que se apoderan de ellos intermitentemente, a ésos darles los alimentos después del acceso, haciendo cálculos para que la fiebre no le sobrevenga todavía recién comido, sino cuando ya los alimentos estén digeridos. El vino y la miel van muy bien a las personas, si, de acuerdo con la naturaleza de cada uno, se administran tanto a los sanos como a los enfermos en el momento oportuno y en la cantidad apropiada. Estos alimentos son buenos ellos solos, pero también lo son mezclados, y cuantos otros tienen también verdaderamente una utilidad digna de mención. Cuantos alimentos son convenientes a los sanos, ésos, si se administran también a los enfermos, son demasiado fuertes, y es preciso darlos una vez que se les ha privado de su intensidad, o el cuerpo no los tolera, sino que más perjudican que ayudan.

[1] Este § 1 corresponde al prólogo retórico mencionado en mi Introducción. Pero también en él se da una circunstancia interesante para el problema de la transmisión del *CH:* este § 1 de *Afecciones* coincide con el 24 de *Sobre la naturaleza del hombre* en nuestros manuscritos. Este hecho llevó a J. ILBERG, «Die medizinische Schrift *Über die Siebenzahl* und die Schule von Knidos», en *Griechische Studien Hermann Lipsius zum sechsigsten Geburtstag dargebracht*, Leipzig, 1894, págs. 33 y sigs., a postular una ordenación del *CH* más antigua que la que nos atestiguan nuestros manuscritos, y en la que lógicamente *Afecciones* seguiría a *Sobre la naturaleza del hombre*. De todas formas, ese estadio tuvo que ser posterior a Galeno, que nos comenta que, al final de este último tratado, había unas cuantas líneas sobre enfermedades del cerebro colocadas allí por azar (= nuestro actual § 23 de *Sobre la naturaleza del hombre*, que coincide, a su vez, con *Sobre las enfermedades* II 12).

[2] Esta manifestación de principios ha sido uno de los puntos de partida para quienes han postulado un sistema binario de humores en la escuela cnidia. Pero, como ya ha quedado puesto de relieve en la Introducción, la cuestión no es tan simple.

[3] Estos conceptos de desequilibrio o de exceso como causa de las enfermedades han sido, en ocasiones, utilizados para explicar la influencia de la medicina siciliana y occidental en la escuela cnidia, en concreto a través de Alcmeón de Crotona (cf. ALCMEÓN, B 4).

[4] En el texto griego se utiliza el término *cheirotéchnēs*. Lo normal en el *CH* es el empleo del término más simple y directo de *iētrós*, que es el hombre que conoce el arte de curar. Aquí es claro que la elección tomada viene determinada por el término opuesto, *idiṓtēs* «profano», para así conseguir un mayor contraste (cf. N. VAN BROCK, *Recherches sur le vocabulaire médical du grec ancien*, París, 1961, páginas 15 y sigs.).

[5] J. JOUANNA. *Hippocrate. Pour une archéologie de l'école de Cnide*, París, 1974, págs. 251 y sigs., ve en el empleo de la primera persona un elemento más de diferenciación entre la escuela de Cos y la de Cnido: en la primera, paralelamente a la restante prosa jonia, es abundante el uso de esta persona verbal que da paso a las opiniones personales del autor; por el contrario, en los estadios iniciales de los médicos cnidios la ausencia de la primera persona es total, y sólo irá apareciendo muy esporádicamente en la evolución que va experimentando el grupo. Este ejemplo de *Afecciones* 1 es uno de estos contados casos que reflejan, según Jouanna, el despertar de la personalidad dentro de esta escuela. Por el contrario, R. JOLY, «L'école médicale de Cnide et son évolution», *L'Ant. Clas*. 47 (1978), 536, rechaza la sugerencia de Jouanna, y atribuye el hecho a razones de estilo literario, puesto que, para él, estos tratados cnidios conservados son simples repertorios de enfermedades de carácter, a menudo, bastante general, en los que es lógico que esté ausente la impronta personal de otros tratados más especializados, de los que, desgraciadamente, no conservamos ninguno perteneciente al grupo cnidio.

[6] La enumeración de enfermedades va *a capite ad calcem*, como ya se ha señalado en la Introducción que es norma en la escuela cnidia. A esta primera parte están dedicados los §§ 2, 4 y 5, cuyo paralelismo, a todos los niveles, con *Sobre las enfermedades* II 12 y ss. es estrecho. (Cf. J. JOUANNA, *Hippocrate...*, págs. 265-9 y, sobre todo, 281 y sigs.).

[7] El término «purgar», en el *CH*, recubre una realidad bastante más amplia que la nuestra de hoy día. Para nosotros «purgar», en contexto terapéutico, es limpiar el tubo digestivo, pero, para un médico hipocrático, suponía más, y equivalía más a «purificar», es decir, limpiar cualquier parte del cuerpo que estuviera impura, y ello, por diversos procedimientos, entre los que uno más era la evacuación, tanto por abajo como por arriba (cf. P. LAÍN ENTRALGO, *La medicina hipocrática*, Madrid, 1970, págs. 328, y sigs.).

[8] En el sistema etiológico cnidio es frecuente la alusión a la flema, más que a la bilis, como causante de las dolencias de la cabeza en el sentido lato del término, o sea, cabeza, garganta y nariz, como podrá verse en los §§ 4 y 5.

[9] En el párrafo anterior se ha aludido a los dos humores y a una serie de condicionamientos externos (sequedad, humedad, calor, frío) como factores desencadenantes de la enfermedad. Sin embargo, ahora, y con frecuencia más tarde, se hace mención de los movimientos de los humores por el cuerpo como determinantes del

mal. Esta aparente contradición no lo es tal, si pensamos que estos últimos pueden no ser más que consecuencias del efecto de las circunstancias externas sobre los humores.

10 Este § 3, junto con 8, 13 y 37, suponen una peculiaridad de *Afecciones* frente al procedimiento expositivo tradicional de otros tratados cnidios, en los que el autor se limita a la descripción sucesiva e ininterrumpida de las diversas enfermedades. Las consideraciones generales ahora intercaladas suelen ser, a veces, interpretadas como producto de influencias coicas, y esgrimidas como prueba de la evolución que va experimentando la escuela cnidia. En cualquier caso, están en bastante consonancia con el carácter retórico que deja traslucir todo el tratado desde el párrafo primero.

11 Este tratamiento de los gargarismos sólo se menciona en *Sobre las enfermedades* II 26 y en este pasaje de *Afecciones* dentro de todo el *CH*, lo que podría ser interpretado como una peculiaridad terapéutica de la escuela cnidia.

12 *gargareón* es la denominación normal para la úvula o campanilla.

13 Para la relación estrecha entre este párrafo de *Afecciones* y otras obras cnidias, tanto a nivel de doctrina como de léxico o de sintaxis, cf. JOUANNA, *Hippocrate*..., págs. 282 y sigs. El autor francés precisa aún más su análisis y, tomando como base el tratamiento de la campanilla inflamada o el de las partes sublinguales o el de las encías, marca una clara diferencia entre, por ejemplo, de un lado, lo que llama *Sobre las enfermedades* II A (= §§ 12 ss.) y, de otro, *Sobre las enfermedades* II B (= §§ 1-11) y *Afecciones* (cf. pág. 285 n. 1).

14 Una mayor precisión en los detalles de este procedimiento quirúrgico se nos da en *Sobre las enfermedades* II 33 y 35. Por el contrario, en los §§ 34, 36 y 37 de ese mismo tratado se recurre a la cauterización.

15 El término aquí empleado es *koilíē*, que equivale, exactamente, a la parte del cuerpo que engloba el tórax y el abdomen. En los §§ 6-18 se agrupan las enfermedades relativas al tórax, mientras que, en 19-32, las del abdomen o vientre.

16 Dolencia que afecta a la zona del diafragma.

17 Para una descripción paralela, cf. *Sobre las enfermedades* I 26.

18 Esta terapéutica del reblandecimiento de los humores mediante la aplicación de calor es típicamente coica. La correspondiente cnidia es la infusión de líquidos en el pulmón (cf. *Sobre las enfermedades* II 47, III 26). La aparición de la primera en este párrafo de *Afecciones*, desde la perspectiva de los acérrimos defensores de la escuela cnidia, puede explicarse recurriendo a la solución de una influencia de Cos en estos tratados más evolucionados y apartados de las *Sentencias cnidias*. Por el contrario, para quienes ponen, últimamente, en tela de jucio esta dualidad radical de escuelas, se trataría de un punto más en común.

19 Sobre el empleo de estas consideraciones generales intercaladas en medio de la enumeración de las diversas enfermedades, cf. *supra*, n. 10. En el caso concreto de este tratado no habría, tal vez, que perder de vista nunca que está dirigido al hombre no versado en conocimientos médicos.— De otro lado, este párrafo es uno de los textos más utilizados para el estudio del significado de «crisis» en el *CH*, uno de los dos conceptos fisiopatológicos más importantes de la medicina antigua junto con el de «cocción» para LAÍN ENTRALGO, *La medicina*..., págs. 211 y sigs. Crisis, pues, para el médico hipocrático no es sólo el desenlace favorable del proceso morboso, sino algo más complejo, como deja ver nuestro texto o las últimas líneas del 37 (para un buen análisis semántico del término, cf. VAN BROCK, *Recherches*..., págs. 214-5).

20 Para una redacción paralela de esta misma enfermedad, cf. *Sobre las enfermedades* II 47.

21 Para la problemática de este tratado farmacológico, cf. lo dicho, al respecto, en la Introducción.

22 Aunque hay una serie de concordancias en la descripción de la perineumonía aquí y en *Sobre las enfermedades* I 27, sin embargo, a la hora de determinar la etiología, surge una diferencia importante: en *Afecciones* se debe al flujo de la flema descendente de la cabeza hasta el pulmón, mientras que, en el otro tratado

cnidio, el motivo radica en que el pulmón aspira flema y bilis removidas.

23 Dentro del grupo cnidio encontramos una descripción de la *frenitis* en *Afecciones* 10, y en *Sobre las enfermedades* I 30 y 34, y III 9. (Para un estudio comparativo minucioso de los tres pasajes con vistas a establecer un proceso evolutivo entre ellos, cf. J. JOUANNA, *Hippocrate*..., págs. 356 y sigs.)

24 Una redacción del causón bastante paralela a ésta la encontramos en *Sobre las enfermedades* II 63. También se describe esta enfermedad I 29 y III 6, aunque con más puntos divergentes.

25 Este párrafo es una nueva digresión generalizadora en la marcha expositiva de esta primera parte del tratado, como ya hemos visto que sucedía en 3 y 8. Aquí las ideas generales pueden reducirse a dos: 1) las enfermedades agudas son las más peligrosas y las que exigen un tratamiento más preciso —un eco del mismo pensamiento lo encontramos en *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* 2—; 2) el médico deberá ayudar y no perjudicar al enfermo, y sólo tendrá responsabilidad cuando falle en su tratamiento (ideas éstas que se repiten, especialmente, en *Sobre la ciencia médica*).

26 Agua mezclada con miel. Un breve *excursus* sobre este preparado lo encontramos en DIOSCÓRIDES, *De materia medica* V 10.

27 Es un tanto extraña esta simple variación de un día en el proceso de crisis. Ya la tradición manuscrita tardía retocó el texto de los manuscritos más antiguos, suprimiendo el término «undécimo». También la crítica moderna ha mostrado su sospecha al respecto, y, así, Foës, siguiendo una propuesta de Cornarius, propuso, en el siglo XVI, eliminar «décimo», criterio que mantiene Ermerins en su edición de 1862. Littré, sin embargo, siguiendo aquí a los manuscritos de mayor crédito, conserva todo el texto.

28 Medida de capacidad. La variante atica equivalía a 0,273 1.

29 El sentido de «limpio» en este contexto, como en otros varios de este tratado, hay que ponerlo en relación con el concepto de «purgar» o «purificar», al que ya me he referido *supra*, n. 7.

30 Sobre el empleo de la primera persona en los tratados cnidios, cf. lo dicho *supra*, n. 5.

31 Una descripción bastante paralela de las fiebres terciana y cuartana aparece en *Sobre las enfermedades* II 42-43. Ahora bien, en *Afecciones* se añade un elemento importante, ausente en ese otro tratado cnidio: la etiología, al precisar ahora que ambas fiebres son debidas a la flema y a la bilis y al ponerlas en relación con las estaciones del año.

32 La «flema blanca» se describe también en *Sobre las enfermedades* II 71 y en *Sobre las afecciones internas* 21. JOUANNA, *Hippocrate*..., págs. 239-41 y 483-4, hace un detenido estudio comparativo de los tres pasajes en su intento de establecer una evolución dentro de la escuela cnidia. En sentido contrario, R. JOLY, «L'école médicale de Cnide et son évolution», *L'Ant. Clas.* 47 (1978), 530.

33 Éste es uno de los pasajes en que se apoyan quienes defienden la teoría del agua como cuarto humor dentro de la escuela cnidia (cf., por ejemplo, R. JOLY, «Le système cnidien des humeurs» en *La Collection hippocratique et son rôle dans l'histoire de la médecine. Colloque de Strasbourg* [Octubre, 1972], Leiden, 1975, págs. 107-127).

34 Sobre el abundante uso medicinal del eléboro, cf. DIOSCÓRIDES, *De materia medica* IV 148 y 162.

35 Littré sugiere el verano.

36 La enfermedad del bazo es descrita también en *Sobre las afecciones internas* 30-34, donde se establecen cinco clases. Por el contrario, en *Afecciones* se reducen a dos: la de los biliosos y la de los flemáticos. Esta reducción en nuestro tratado se explica, a veces, como una consecuencia de la generalización que progresivamente va adquiriendo el sistema binario de humores flema/bilis.

37 El íleo también aparece descrito en *Sobre las afecciones internas* 44-46, donde se enumeran cuatro variedades, y en *Sobre las enfermedades* III 14, que presenta importantes paralelismos etiológicos con nuestro pasaje.

[38] Este procedimiento de inyectar el aire en el intestino por medio de una cánula es considerado por L. BOURGEY, *Observation et expérience chez les médecins de la Collection Hippocratique*, París, 1953, pág. 70, n. 1, un ejemplo de la rudeza que caracteriza a la práctica médica de la escuela cnidia. El recurso se repite en *Sobre las enfermedades* III 14.

[39] Una descripción paralela de la hidropesía aparece en *Sobre las afecciones internas* 23-26.

[40] Desde finales del siglo V a. C. (cf. *Sobre la naturaleza del hombre* 7) se generaliza el criterio de que la flema es el humor más frío y, al propio tiempo, más húmedo.

[41] Cf. *supra*, n. 34.

[42] *tà stémphyla* son, realmente, los hollejos de la uva después de pisada, pero, en este pasaje, pienso que se trata, más bien, de una bebida, que, en este caso, sería la que resulta de echar agua a esos hollejos, lo que da un vino de segunda clase, al que los griegos llamaban *deuterías* y en castellano «aguapié».

[43] Por GALENO, *Comentarios al «Sobre la dieta en las enfermedades agudas» de Hipócrates* I 7 (*CMG* V 9, 1, pág. 122, Helmreich), sabemos que la escuela cnidia distinguía cuatro modalidades de estranguria. El hecho de que en *Afecciones* no se precisen hay que entenderlo como un reflejo más del carácter esquemático de todo el tratado.

[44] ARISTÓFANES, *Tesmoforias* 616, achaca un ataque de estranguria a haber comido el día anterior berros.

[45] El término griego es *skélos*, cuyo significado abarca todo lo que va desde la cadera hasta el pie.

[46] Sobre la eficacia terapéutica de la leche de burra, cf. DIOSCÓRIDES, *De materia medica* II 63.

[47] En *Sobre las afecciones internas* 35-38, se detallan cuatro modalidades de ictericia.

[48] La tisis y similares.

[49] Este pasaje es uno de los más importantes para los defensores del criterio de que la sangre era un humor en la escuela cnidia, al mismo nivel que la flema y la bilis, al menos en una primera época y antes de la generalización del binomio flema/bilis.

[50] Los melancólicos pertenecen al tipo constitucional en el que predomina la bilis negra, y en los que el carácter es triste, temeroso, sombrío. En realidad, el término castellano está aún acuñado sobre esta etiología antigua.

[51] Esta recomendación de una actuación pausada en todo tratamiento es un lugar común en el *CH*. En *Aforismos* II 51, lo encontramos referido a un plano general. En *Sobre la dieta* III 67, se aplica a la progresión gradual en el cambio de dieta alimenticia según las estaciones del año.

[52] En este punto, los mss. no presentan laguna alguna, pero, en ese caso, el texto se vuelve incomprensible. Littré, tratando de establecer un paralelismo de contenido, remodeló a su antojo el pasaje con consideraciones textuales y, así, lee: *kath' hēmérēn dè* («y a diario») en lugar de *kaì mḕ teléein* de los mss. Ermerins, más respetuoso con la tradición manuscrita, mantiene el texto transmitido, pero supone la existencia de una laguna.

[53] Es decir, lo que debe evacuarse.

[54] Sobre el proceso de la deglución de los alimentos en la medicina hipocrática, cf. LAÍN ENTRALGO, *La medicina*..., págs. 172 y sigs.

[55] Sobre el empleo terapéutico de la uva pasa, cf., más ampliamente, DIOSCÓRIDES, *De materia medica* V 4.

[56] Un paralelismo interesante en esta observación de la importancia de la procedencia de los alimentos puede verse en *Sobre la dieta* II 56, 4.

APÉNDICE
A
«SOBRE LA DIETA EN LAS ENFERMEDADES AGUDAS»

(*Perì diaítēs oxéōn. Nótha*)

INTRODUCCIÓN

El texto cuya traducción presentamos, es conocido por la denominación que le dio Littré: *Apéndice*, continuación al tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas*. Ambos mantienen entre sí una relación vinculante y controvertida. Su vinculación viene desde la antigüedad misma: los alejandrinos y Galeno manejan ambos textos juntos, y los manuscritos medievales copian este *Apéndice* a continuación del *Perì diaítēs oxéō̃n*. La controversia estriba en esclarecer qué relación de contenido hay entre ambos y cuál es la autenticidad de este texto, al que los manuscritos medievales califican de *Nótha* «espurio», y que ya suscitó dudas en Galeno sobre el cuño hipocrático de algunos de sus pasajes. Tenemos, pues, relacionados el *Perì diaítēs oxéōn*, texto considerado como uno de los más auténticamente hipocráticos, y el *Apéndice*, considerado tradicionalmente apócrifo. Presenta éste con respecto al otro tratado diferencias notablemente inferiores en calidad lingüística y conceptual. Se observan en él como características generales: carencia de estructuración global, desorden absoluto y desconexión temática, imprecisión de términos, y un descuido léxico y sintáctico rayano, a veces, en la incorrección lingüística. No es, como podría pensarse por esta caracterización, un texto para *dēmótai*, para divulgación; es un texto dirigido a profesionales, y guarda con el otro tratado, coincidencias y discrepancias, tanto temáticas, como de teoría médica, que veremos luego. Por otro lado, la falta de ilación y el desorden son algo de lo que se podría tachar a todo el *CH* visto desde una perspectiva actual.

El tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* posee una impronta de la que carece el *Apéndice:* el juicio de valor, la opinión y el análisis en primera persona que revelan a un médico de categoría, con experiencia ética y profesional en lo que dice, conocimiento de su *téchnē*, y con toda una filosofía de la medicina. El *Apéndice* contiene terapias, recetas y conceptos bien conocidos, pero es una amalgama acéfala con respecto a aquél. Ningún estudioso piensa —exceptuando a Edelstein[1]— que este *Apéndice* sea su continuación lógica; al contrario, el estado de opinión con respecto a él se divide entre:

a) quienes creen que se trata de un mismo autor o autores, o de una misma directriz, pero con dos finalidades o resultados claramente distintos;

b) quienes piensan que los textos pertenecen a autores diferentes, o que son dos textos distintos sobre un tema común.

La primera corriente de opinión es la tradicional, la que, partiendo de Galeno,

sustentan Littré, Blum, Diller, Lonie y Joly. La segunda es la que apoyan Mørland y Jouanna con sus precisos análisis lingüísticos, y Thivel con sus análisis de teoría médica. Nosotros nos pronunciamos por esta última opción: se trata de dos autores bien distintos. Galeno[2] vio claramente las di-ferencias de calidad formal y conceptual entre los dos tratados. Considera que hay pasajes que por su expresión y contenido son de Hipócrates; otros serían hipocráticos por uno de estos dos conceptos, y otros, interpolaciones claras. Las interpolaciones no le extrañan demasiado, pues suelen aparecer al final de los tratados, por ejemplo, en los *Aforismos*. Littré[3] considera al *Apéndice* como notas de trabajo, y explica a partir de ahí sus anacolutos e incorrecciones. Serían comentarios que no se llegaron a publicar, en respuesta a las reiteradas promesas[4] de ampliar y profundizar más adelante que se hacen en el primer tratado. Blum[5] trata de demostrar por mecanismos de composición que el tratamiento de *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* tendría dos partes, y que este *Apéndice* sería una continuación de la segunda parte. Atribuye la denominación de *Nótha* —y esto, quizá, sea importante— a un error de la crítica antigua por no haber sabido captar la estructuración general. Joly[6] incide en la no contradicción sustancial de ambos tratados, al menos no mayor que entre otros muchos del *CH*, y si el primer tratado es de los más genuinos, el segundo, lógicamente, debe estar en la misma línea. Esta primera corriente de opinión se adscribe a la división tradicional entre Escuela de Cos/Escuela de Cnido, y el *Apéndice* pertenecería a la de Cos por insistir, sin contravenirlos, en los principios de esta escuela: la crisis, la cocción y el pronóstico.

H. Mørland[7] y J. Jouanna[8] abordan la interpretación de este *Apéndice* desde una perspectiva de análisis lingüístico, concluyendo que las profundas diferencias que existen entre ambos tratados hablan de dos autores, o bien de dos obras de tipo diferente. A. Thivel[9] hace un acertado análisis comparativo entre ambos textos, notando la existencia de diversas teorías médicas que delatan a dos autores o dos épocas distintas. El *Apéndice* es una compilación que refunde textos del 430/420 a. C. con textos de comienzos del siglo IV. Los más antiguos contienen la teoría de los contrarios de la antigua medicina de cuño jonio, y los más recientes la teoría de las semejanzas que aporta la nueva medicina occidental. Coincide con Blum —aunque por criterios diferentes— en atribuir la denominación de *Nótha* a un error de comprensión de la crítica antigua.

Pasemos ahora a esquematizar sumariamente su contenido. El *Apéndice* se inicia con una explicación sobre una de las enfermedades que, en el primer tratado, se citan específicamente como agudas: el *causus* en sus dos variantes (caps. 1-2). Se describe como un estado febril alto, con extenuación física, diarreas y sed fuerte, y cuyo proceso

natural de solución es la exudación abundante, la orina, la hemorragia nasal y la formación de abscesos. Los caps. 3-8 enumeran en desorden una serie de enfermedades: las afonías, la paraplejía y la epilepsia producidas por la retención de aire en las venas, la concentración de humores que producen «intemperancia», la inflamación de hipocondrios, etc., prescribiéndose contra todas ellas el uso de la flebotomià, y subrayando su eficacia con el término *hēgemonikón*. Los caps. 9 y 10 están dedicados a dos variedades de anginas. Se las considera una enfermedad grave, y la flebotomía es también el tratamiento resolutivo. La variante más grave podría, quizá, identificarse con una tos ferina o con la denominada «angina de Ludwig». Se examina, luego (caps. 11-20), toda una casuística febril con precisiones de aplicación de dietas sólidas o líquidas según los síntomas y se detallan después, hasta el capítulo 30, una amplia gama de síntomas entre los que Littré creyó identificar el *delirium tremens* de los alcohólicos, por la descripción que se hace en el cap. 29.

Hay varios pasajes en este *Apéndice* que guardan con el tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* un paralelismo claro en cuanto a expresión lingüística y contenido médico: los caps. 31, 33 y 34, y los capítulos 42-44, inciden todos ellos en conceptos básicos de la escuela de Cos: los primeros, en la *pépsis* (cocción) y el *kairós* (momento oportuno), y los segundos, en la *metabolḗ* (cambio). Los caps. 31, 33 y 34, cuyo paralelo en el primer tratado son los caps. 22-24, están dedicados a la pleuritis y perineumonía con o sin dolores de costado. El autor prescribe dos tipos de tratamiento: la flebotomía para los casos más graves, y los purgantes, lavativas, cataplasmas e infusiones para los más leves. En el caso de la flebotomía recomienda un uso más radical que el primer tratado, cosa que ve Joly como un rasgo de los cnidios: hacer salir sangre hasta que el paciente se desmaye. En el caso de purgantes e infusiones aconseja estar atentos a la cocción de orinas, a los esputos, y al aumento y disminución de dosis de líquidos más o menos concentrados.

Los caps. 42-44, en relación con los caps. 28-32 del primer tratado, hablan de la acción negativa de un cambio dietético brusco y de la necesidad de contrarrestarlo. Hay, frente a estos pasajes, otros de absoluta oposición en cuanto a teoría médica: los caps. 12, 32, 54 del *Apéndice* prescriben, de forma explícita, la supresión de sólidos y líquidos durante las fases críticas señaladas por ataques agudos de fiebre. Es un criterio radicalmente opuesto a la dietética del primer tratado que prescribe la administración ininterrumpida de líquidos hervidos *o* sin hervir durante todo el proceso agudo. En los caps. 45-50 examina las propiedades negativas y positivas de los distintos tipos de carne, el queso, el *silfium* y las leguminosas. La hidropesía es tratada muy escuetamente en el

cap. 52: se la cataloga como una enfermedad grave y tiene dos variantes, una de ellas mortal. El *Apéndice* finaliza con trece farmacopeas y dos intervenciones quirúrgicas: una contra la triquiasis y otra contra las hemorroides.

La edición seguida para la traducción de este texto ha sido la de R. Joly, *Hippocrate*, VI, 2, París, Les Belles Lettres, 1972, págs. 68-128.

BEATRIZ CABELLOS ÁLVAREZ

[1] L. EDELSTEIN, *Perì aérōn und die Sammlung der hippokratischen Schriften*, Berlín, 1931.

[2] *In Hippocratis De natura hominis; In Hippocratis De victu acutorum; De diaeta Hippocratis in morbis acutis*, en *CMG* V, 9, 1, Leipzig (T) 1914, págs. 115-366.

[3] E. LITTRÉ, *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, París, 1839-1861, volumen II, págs. 391-392.

[4] Cf. *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* en *Tratados Hipocráticos*, vol. I, Ed. Gredos, Madrid, 1983. Al final de los caps. 12, 38, 44, 48 y 54, el autor dice que expondrá más adelante *(eirésetai, gegrápsetai)* síntomas, terapias, etc. de las enfermedades que está tratando.

[5] R. BLUM. «La composizione dello scritto ippocrateo *Perì diaítēs oxéōn», Rendiconti R. Acad dei Lincei* VI, 12 (1935).

[6] R. JOLY, en la Introducción a *«Du régime des maladies aigües»*, en *Hippocrate*, VI, 2, París, 1972, pág. 13.

[7] H. Mørlana, «Zur pseudohippokratischen Schrift *Perì diaítēs oxéōn»* en *Serta Eitremiana*, Oslo, 1943.

[8] J. JOUANNA, «Le problème de l'unité du traité *Du régime dans les maladies aigües»*, editado en *Corpus Hippocraticum, Actes du coll. hipp. de Mons*, Mons, 1977.

[9] A. THIVEL, «La composition de l'*Appendice R. M. A.*», en *Hippocratica. Actes du Colloque hippocratique de Paris*, París, 1980.

APÉNDICE A
«SOBRE LA DIETA EN LAS ENFERMEDADES AGUDAS»

El causón se produce cuando las venas pequeñas, [**1**] resecas durante el verano, atraen hacia sí humores ácidos y biliosos. Una fiebre alta se apodera del organismo, y el cuerpo, como si estuviese dominado por la fatiga, se siente agotado y con dolores. La mayoría de las veces se produce también después de un paseo largo y una sed aguda, cuando las venas pequeñas, resecas, atraen hacia sí flujos calientes y ácidos. La lengua se pone áspera, seca y negra, y el paciente siente dolores como si le mordieran en la región del vientre. Los excrementos se hacen líquidos y amarillentos, se produce una sed muy fuerte, insomnio y, a veces, incluso desvaríos mentales. A un enfermo en tal estado, dale a beber cuanta agua e hidromiel hervida muy acuosa quiera. Y si la boca se le pone amarga, es útil hacerle vomitar y ponerle una lavativa intestinal. Y si con esto no se resuelve, púrgale con leche de burra hervida. No hay que darle ningún alimento salado ni ácido, pues no lo tolerará, ni le des tampoco líquidos hervidos hasta que no esté fuera de las fases críticas. Si se produce una hemorragia nasal, el sufrimiento se alivia, y también, si surge un sudor crítico y natural acompañado de orina densa, clara y que deja un poso compacto. Se alivia también si se produce un absceso en alguna parte. Si la enfermedad se resuelve sin estos procesos, se producirá una recaída, dolor de cadera o de piernas, y si el paciente va a sanar, la expectoración será densa.

[**2**] Otro tipo de causón. Diarrea acompañada de sed, la lengua áspera, seca y salada, retención de orina, insomnio y extremidades frías. A un enfermo en tal estado, a menos que se le produzca una hemorragia nasal, un absceso en el cuello, dolor de piernas o de cadera, o que sus órganos sexuales se pongan de un tono amoratado, o que expulse unos esputos densos —pues estos síntomas surgen cuando el intestino se ha regulado—, no le viene la crisis. Los testículos tensos son también un signo crítico. Dale líquidos hervidos que puedan hacer salir los humores.

[**3**] En las enfermedades agudas, las flebotomías están indicadas si la enfermedad se manifiesta potente y los pacientes están pujantes de edad y fuerzas. Si hay anginas, púrgale con un electuario y si hay alguna otra afección, con un remedio de los que se utilizan contra la pleuritis. Si los enfermos se muestran bastante débiles y les has hecho salir sangre abundante, hay que usar lavativas durante tres días, hasta que estén fuera de peligro, sientan hambre y pidan alimentos.

[**4**] Los hipocondrios inflamados por una interrupción del aire, la tensión del

diafragma, los ataques y dificultades respiratorias provocadas por el asma seca[1] en quienes no hay pus, sino que estas dolencias se producen como consecuencia del corte del aire, los dolores agudos de hígado, la pesadez de bazo, otro tipo de inflamaciones, dolores agudos sobre el diafragma, y la concentración de humores de las enfermedades, no pueden resolverse, si no se trata de purgar primero. La flebotomía, sin embargo, es clave y determinante en tales enfermedades. Luego, hay que hacer una lavativa si la enfermedad no es fuerte y potente, y si lo es, hay que usar después un purgante. El administrar un purgante, tras una flebotomía, requiere seguridad y mesura.

Cuantos intentan resolver las inflamaciones al comienzo [**5**] de las enfermedades mediante un purgante, no hacen desaparecer nada de la tensión ni de la inflamación, pues al estar la enfermedad sin cocer, no la aminoran, al contrario, disuelven las sustancias sanas y resistentes a las enfermedades. La enfermedad se apodera del cuerpo debilitado, y cuando la enfermedad domina al organismo, tal situación es irreversible.

Las obstrucciones de las venas provocan que se produzca [**6**] afonía repentina si ocurre esto a quien está sano, sin un motivo previo, u otra causa importante. Hay que hacer entonces una flebotomía en la vena interna del brazo derecho y eliminar más o menos cantidad de sangre, calculando según la edad y la constitución del paciente. A la mayoría de la gente le ocurre lo siguiente: enrojecimiento del rostro, inmovilidad en la mirada, convulsiones de manos, rechinar de dientes, palpitaciones, contracción de mandíbulas y enfriamiento de las extremidades.

Retención de aire en las venas. Cuando se presentan [**7**] dolores, hay salida de bilis negra y de flujos ácidos; se sienten dolores como si a uno le mordieran por dentro. Las venas ya afectadas y secas en exceso, se ponen tensas y, al inflamarse, atraen los flujos. De ahí que, por deteriorarse la sangre y no poder seguir el aire su curso natural, se produzcan escalofríos a consecuencia de la retención, la vista se nuble, se produzca afonía, pesadez de cabeza e, incluso, espasmos si ya hubiese llegado al corazón, al hígado o a la vena[2]. Por esto, les da epilepsia o paraplejía, si los flujos van a zonas próximas y se resecan por la imposibilidad de recorrer el aire su curso.

[**8**] Sin embargo a estos enfermos, haciéndoles entrar previamente en calor hay que practicarles una flebotomía al principio, justo cuando todos los flujos nocivos están subiendo, pues son bastante fáciles de curar. Y observando y cogiendo las fases críticas, purgarle por arriba si el mal no se alivia; y en cuanto al intestino inferior, si no cede con una lavativa, dale leche de burra hervida y que no beba menos de doce cótilas. Y si el enfermo está fuerte, más cantidad.

[**9**] Las anginas se producen cuando, en invierno o en primavera, un flujo abundante

y viscoso desciende de la cabeza a las venas yugulares, y éstas, por su anchura, atraen mayor cantidad de él. Cuando el flujo, por estar frío y viscoso, obstruye los conductos del aire y de la sangre[3], va coagulando la que tiene cerca, le im-pide fluir y la detiene, ya que por naturaleza es frío y favorece la obstrucción. Por esto ahogan las anginas, la lengua se pone amoratada, su forma se redondea y se vuelve hacia atrás, por las venas que están bajo ella, pues al «grano de uva» que denominan *quionís*[4], lo sostiene por ambos lados una vena gruesa. Así que, cuando estas venas están llenas y se adhieren a la lengua que es blanda y esponjosa, por fuerza ésta, al tomar la humedad de las venas por su sequedad, pasa de ser plana a redonda, su buen color se hace amoratado, su blandura se convierte en dureza, y su flexibilidad en rigidez. De modo que rápidamente ahogan, a menos que alguien le ayude haciéndole una flebotomía de las venas del brazo y de las que están bajo la lengua, o purgándole con electuarios, o mandándole hacer gárgaras con agua caliente o cortándole el pelo[5]. Hay que colocarle también alrededor del cuello un emplasto de cera y enrollarle alguna prenda de lana, y aplicarle calor con esponjas suaves, tras meterlas en agua caliente y escurrirlas. Darle también a beber agua e hidromiel que no esté fría y jugo de cebada hervida, cuando ya se halle fuera de la fase crítica y en seguridad.

Cuando en verano y otoño desciende de la cabeza [**10**] flujo caliente y nitroso, que está caliente y ácido por la época del año, y que, en este estado, ataca, ulcera y llena de aire, sobrevienen ataques de tos y una gran sequedad, lo que se examina parece debilitado, los tendones de la parte posterior del cuello están en tensión, el tétanos parece estar extendido en el paciente, la voz se quiebra, la respiración es corta y la inspiración del aire se hace intensa y violenta. A estos pacientes se les producen úlceras en la traquea e inflamación de pulmón por no poder introducir el aire de fuera. Tales casos, a menos que las anginas se desplacen por sí solas a la zona externa del cuello, son terribles e inevitables, por la época del año, y por los flujos calientes y ácidos.

[**11**] Si le da fiebre a un paciente que está estreñido y acaba de comer, sea con dolor de costado o sin él, debe mantenerse en calma hasta que el alimento baje al intestino inferior, y utilizar de bebida la oximiel. Cuando la pesadez llegue a la cadera, administrar por el ano una lavativa o limpiar con un purgante. Cuando se le haya purgado, debe seguir, primero, una dieta de líquidos hervidos y de hidromiel como bebida, y después, una dieta de sólidos, pescado cocido, un poco de vino rebajado, por la noche, e hidromiel acuosa, de día. Cuando los gases tienen mal olor, utilizar en ese caso un supositorio o una lavativa, y si no, continuar bebiendo oximiel hasta que el alimento baje al intestino inferior y, luego, ponerle una lavativa.

[**12**] Pero si el causón se presenta cuando el vientre no está ocupado, si te parece que es conveniente purgar al enfermo, no lo hagas en los tres primeros días, y cuando ya le hayas purgado hay que recurrir a bebidas hervidas, vigilando las subidas de fiebre, para que no las administres nunca durante un estado febril ni cuando está a punto de producirse, sino cuando la fiebre está cesando o después de haberla hecho ceder y lo más lejos posible de su comienzo.

[**13**] Cuando los pies estén fríos, no des líquidos hervidos, bebidas sin hervir ni nada de este tipo, sino considera que lo más importante es esto: vigilar hasta que los pies se pongan muy calientes, y en seguida ya, aplícale lo útil. Pues el enfriarse los pies, es indicio, por lo general, de que está a punto de producirse un ataque agudo de fiebre. Si administras algo en un momento así, cometerás todos los más graves errores, pues harás empeorar bastante la enfermedad. Cuando la fiebre cesa, ocurre lo contrario, los pies se ponen más calientes que el resto del cuerpo, pues la fiebre aumenta al tiempo que enfría los pies, agarrándose al tórax y haciendo subir hasta la cabeza su ardor. Además, al concentrarse todo el calor en su recorrido hacia arriba, y exhalarse en la cabeza, es lógico que los pies se enfríen, al ser por naturaleza poco carnosos y estar llenos de tendones; y también se enfrían al estar muy lejos de las zonas más calientes, y por concentrarse el calor en el tórax. Y al contrario, cuando la fiebre baja y se disipa, el calor desciende a los pies y, en ese momento, la cabeza y el tórax se enfrían[6].

Por esto, no hay que dar nada de comer en este [**14**] momento, porque, cuando los pies están fríos, por fuerza el intestino superior está caliente y lleno de náuseas, hay tensión en el hipocondrio y agitación orgánica a causa del trastorno interior, de la hinchazón y de los dolores. Siente vómitos y quiere devolver, y si vomita sustancias nocivas, le duele. Al bajar el calor a los pies y seguir la orina su curso normal, incluso si no ha sudado, cesa todo. Éste es, pues, el momento oportuno de dar la bebida hervida; antes es muy pernicioso.

[**15**] A los enfermos cuyo intestino se mantiene húmedo durante todo el proceso febril, ocúpate, en especial, de hacerles entrar en calor los pies, cubrírselos y ponerles alrededor emplastos de cera y vendas, para evitar que se queden más fríos que el resto del cuerpo. Si los pies están calientes, no apliques ningún fomento, sino vigila que no se enfríen. Como bebida sin hervir hay que utilizar agua fría, lo menos posible, e hidromiel.

[**16**] La mayoría de los enfermos con el intestino húmedo y la mente trastornada se deshilachan la ropa, se escarban la nariz, contestan brevemente a lo que se les pregunta y no dicen por sí mismos nada coherente. Me parece, desde luego, que tales síntomas son de bilis negra. Si el intestino de estos enfermos está húmedo, me parece acertado

administrarles líquidos hervidos bastante fríos y concentrados, y bebidas sin hervir astringentes, que contengan bastante vino, y de sabor bastante ácido.

[**17**] Cuantos enfermos de fiebre tienen vértigo desde el principio, palpitaciones de cabeza y orina ligera, en ellos hay que esperar que se produzcan subidas agudas de fiebre después de las fases críticas. No es de extrañar tampoco que desvaríen. A los enfermos que, al comienzo, presentan la orina densa y con manchas blanquecinas, hay que purgarles por el recto si a lo demás también conviene. A cuantos, al principio, presentan la orina ligera, no los purgues, sino hazles una lavativa si parece oportuno. A enfermos tales, es útil cuidarlos de la siguiente manera: darles fricciones y envolverles el cuerpo por igual mientras se mantienen en un estado de tranquilidad, usar, como bebida sin hervir, hidromiel rebajada con agua, y como bebida hervida, caldo de cebada por la tarde[7]. Pon una lavativa desde el principio, pero no administres purgantes a estos enfermos, pues si se remueve algo en el intestino, la orina no se cuece y no madura, y la fiebre, en cambio, durará mucho tiempo sin sudor y sin fase crítica. No des bebidas hervidas cuando el paciente esté próximo a fases críticas, si es que causa problemas, pero dáselas si la enfermedad avanzase y progresase a mejor. Es preciso también vigilar las fases críticas de las otras fiebres y eliminar las bebidas hervidas en ese momento. Las fiebres de este tipo suelen ser largas y producir abscesos en las orejas y en el cuello si se enfrían las extremidades inferiores. Si no se enfrían, producen otro tipo de cambios. Sale también sangre de la nariz y el intestino se les altera.

Todos los pacientes a quienes las fiebres producen [**18**] náuseas y tensión de hipocondrios, que no soportan estar echados en la misma postura y que se les enfrían todas las extremidades, requieren un cuidado y una vigilancia especialísima. No hay que darles más que oximiel muy acuosa durante la enfermedad, hasta que cese y la orina esté cocida. Deben tumbarse en una habitación oscura y reposar en un lecho lo más cómodo posible, resistir, así, mucho tiempo, y agitarse lo menos que puedan, pues a tales enfermos, esto les es muy beneficioso. Pon sobre el hipocondrio, extendiéndola, una cataplasma de granos de lino, cuidando de no friccionar al aplicarla. La cataplasma debe estar tibia, cocida en agua y aceite.

Hay que deducir por la orina el curso futuro de la [**19**] enfermedad, pues si es bastante densa y amarillenta, mejor, pero si es bastante ligera y de color oscuro, peor. Si presenta cambios, indica que la enfermedad va a durar, y por fuerza la anomalía hace al enfermo variar a peor y a mejor.

[**20**] Las fiebres irregulares hay que dejarlas hasta que se estabilicen. Cuando esto se produzca, hay que hacerles frente con una dieta y una terapia adecuada a la naturaleza

de lo observado.

[**21**] Hay muchas facetas de los enfermos; por ello, el médico debe estar atento para que no se le escape alguno de los síntomas, ni cuanto es necesario que se manifieste en un día par o impar según los cálculos. Sobre todo, es preciso tomar precauciones los días impares, porque estos días hacen decantarse a los enfermos en un sentido o en otro.

[**22**] Hay que vigilar el primer día en que el enfermo empieza a estar mal y ver cuándo y por qué comenzó, pues el saber esto lo primero, es clave. Cuando se le haya interrogado al paciente y se haya examinado todo —cómo se encuentra de cabeza, en primer lugar, si no siente dolor ni pesadez en ella; después, si los hipocondrios y los costados no le duelen, si el hipocondrio está fatigado o inflamado, tiene alguna irregularidad, si provoca hastío o hay dolor de costado acompañado de tos, cólicos agudos o dolores intestinales—, cuando hay alguno de estos síntomas sobre todo en los hipocondrios, alivia el intestino con lavativas, y que el paciente beba hidromiel hervida y caliente. Hay, además, que enterarse si el enfermo se desmaya al levantarse y si la respiración le funciona bien. Es preciso observar también las deposiciones, que no se excremente ninguna sustancia de color negro fuerte, u observar si están puras, como las de una persona sana, y si hay ataques de fiebre hasta el tercer día. Tras haber observado en profundidad, durante tres días, a enfermos tales en estas dolencias, en ese día ya, hay que observar globalmente también todo lo demás, y si el cuarto día presenta algún síntoma semejante a los del tercero, el enfermo corre peligro.

Los síntomas. La deposición de color negro indica [**23**] muerte; la que es semejante a la de quien goza de salud, si se manifiesta todos los días, es indicio de salvación; cuando el intestino no obedece a un supositorio aunque la respiración marche bien, o si el paciente se desmaya tras colocarlo en un asiento alto o en la cama, cuando esto se produce desde el principio, admite que va a producirse un desvarío mental. También hay que estar atento a las manos, pues si hay temblores, admite que se producirá una hemorragia nasal; hay que observar, además, ambas fosas nasales, pues si el aire penetra por igual en las dos, y la respiración es intensa, suelen producirse espasmos, y si esto ocurre, hay que esperar la muerte y es razonable prevenirla.

Si en una fiebre invernal la lengua se pone áspera [**24**] y se producen desmayos, suele darse en tal enfermo, incluso una bajada de fiebre. Sin embargo, hay que vigilarle mediante una abstinencia de sólidos, y como bebida, agua e hidromiel. Vigílale también con tisanas[8], sin fiarte de la bajada de la fiebre, pues los que tienen tales síntomas corren el riesgo de morir. Cuando veas esto, haz este pronóstico si te parece, tras haber hecho una observación a fondo.

Cuando en las fiebres se produce, al quinto día, un [**25**] síntoma temible, bien sea diarrea intestinal repentina, un desmayo, afonía, un estado espasmódico o hipo, en estos casos suelen producirse náuseas y sudores bajo la nariz, en la frente y en la parte posterior del cuello. Quienes sufren esto mueren asfixiados en no mucho tiempo.

[**26**] A los enfermos que, durante las fiebres, les salen abscesos en las piernas y, pasando tiempo, no se cuecen, y continúa la fiebre, si se produjese un ahogo en la faringe estando las partes próximas a ella sanas, si los abscesos no se cuecen, sino que se consumen, suele a tal enfermo producírsele una hemorragia nasal; si fluye mucha sangre, es indicio de solución de la enfermedad, y si no, indicio de que va a durar, cuanto menos fluya, tanto peor y más larga es la enfermedad. Si lo demás va bien, hay que contar con dolores en los pies, pero si se agarra al pie y, tras producirse dolor y una fuerte inflamación, continúa y no se resuelve, en breve tiempo tendrá dolores en el cuello, clavícula, hombro, pecho y articulaciones, y esto va a exigir que surjan abscesos. Y al consumirse éstos, si las manos se manejan con dificultad o hay temblores, el espasmo y el delirio se apoderan de este enfermo. Aparecen unas pústulas y un fuerte enrojecimiento en las cejas, un párpado crece sobre el otro, hay una fuerte inflamación, el ojo está muy hinchado, y el desvarío va aumentando de forma considerable. Las noches revelan más datos que los días sobre el delirio. Los síntomas surgen, sobre todo, en días de número impar, más que en los de número par, pero, cualquiera que sea el día en que surjan, son funestos.

[**27**] Si prefieres purgar a tales enfermos desde el principio, hazlo antes del quinto día si hay borborigmos intestinales; pero si no, déjalo sin purgar; en caso de que haya borborigmos intestinales y los excrementos estén biliosos, púrgale de forma mesurada con escamonea. Respecto al resto del tratamiento, administra lo menos posible bebidas hervidas y sin hervir, pues es mejor así, a menos que el proceso de mejoría rebase los catorce días.

Cuando a un enfermo que lleva padeciendo fiebre [**28**] durante catorce días se le presenta afonía, no suele producirse ni un desenlace rápido ni una remisión de la enfermedad, sino que es síntoma de duración. Pues cuando la afonía se manifiesta en ese día preciso, ataca durante un período bastante largo. Cuando, al cuarto día de fiebre, el enfermo habla con la lengua totalmente trabada y la evacuación intestinal es biliosa y líquida, suele desvariar. Hay que vigilar estrechamente a los enfermos que llegan a los síntomas que se han expuesto.

Durante el verano y el otoño, en las enfermedades [**29**] agudas, una hemorragia repentina revela la tensión y ardor intenso en las venas, y la aparición de orinas ligeras al

día siguiente. Y si el paciente está en plenitud de edad y vigoroso de cuerpo por la práctica gimnástica, melancólico o le tiemblan las manos después de beber, es razonable prever un delirio o un espasmo. Si esto se produce en un día par, mejor, pero, en cambio, si se produce en la fase crítica es mortal, a menos que una hemorragia fuerte abra paso por la nariz al exceso de sangre, o forme un absceso en la zona de los glúteos o produzca dolores de hipocondrio, testículos o piernas. Cuando esto ocurre, se produce la salida de unos esputos densos y de orina clara y ligera.

Cuando hay fiebre acompañada de hipo, dale a beber [**30**] una mezcla de jugo natural de silfio, oximiel y pastinaca, un electuario de gálbano y comino con miel, y después, jugo de cebada hervido. Un enfermo así no tiene posibilidad de escapar, a menos que se produzcan unos sudores críticos, sueños regulares, que evacue orina densa y ácida, o que los humores cristalicen en abscesos. Que tome un electuario de granos de piña y mirra. Dales a beber la menos oximiel posible, y si tiene sed fuerte, agua de cebada.

Las afecciones de pulmón y de pleuritis hay que [**31**] examinarlas del siguiente modo. Si hubiese fiebre aguda, dolores de un costado o de ambos, si la expiración del aire fuese penosa, hay tos y expectoración de esputos rojizos o de tono violáceo, pequeños, espumosos y pujantes, y si hubiese algún otro síntoma diferente de los conocidos, hay que tratar así a estos enfermos. Si el dolor sube hasta la clavícula, o alrededor de los senos o en el brazo, hay que hacer una flebotomía de la vena interna del codo en cualquiera de los dos brazos, según las siguientes indicaciones: eliminar sangre según la constitución somática, la época del año, la edad, y, sobre todo, el calor, y no vacilar en llevar al paciente al desmayo si el dolor es agudo. A continuación hacer una lavativa. Si el dolor se sitúa en la zona inferior del tórax y hubiese demasiada tensión, purgarle el intestino con un remedio de los de la pleuritis[9]; no le des nada en mitad del proceso purgativo; tras él dale oximiel y, al cuarto día, púrgale. Hay que administrarle lavativas desde el principio, los tres primeros días, y si no se aligera, púrgale de la siguiente manera: hay que vigilar hasta el séptimo día, aun cuando no tenga fiebre. Luego, si parece que está fuera de peligro, dale, primero, un poco de infusión ligera[10] y mezclada con miel. Si marcha con facilidad, la respiración es buena, no tiene dolores de costado y está sin fiebre, dale dos veces al día más cantidad de infusión y más concentrada poco a poco. Y si no la tolera bien, dale menos líquidos hervidos y sin hervir, un poco de infusión ligera y una sola vez a la hora en que evolucionase a mejor: esto se sabrá por la orina.

A los enfermos que salen de las enfermedades agudas [**32**] no hay que darles una

bebida hervida antes de que veas que la orina o los esputos están ya cocidos. Si después de purgarle queda limpio a fondo, hay que darle, necesariamente, una cantidad menor y menos concentrada, pues por el vacío no podrá dormir, ni hacer la digestión como antes, ni aguantar las fases críticas. Pero, una vez que los humores crudos aparezcan disueltos y se consiga separar las sustancias que ofrecen una resistencia, nada se opondrá. Los esputos están ya cocidos cuando se ponen parecidos al pus, y la orina cuando tiene un sedimento rojizo, como de arvejas.

No hay obstáculo alguno en aplicar fomentos y emplastos [**33**] de cera también contra los otros dolores de costado. Frotar las piernas y las caderas con aceite caliente y extender grasa. Poner sobre los hipocondrios, hasta las mamas, cataplasmas de semillas de lino. Cuando la perineumonía está en su punto culminante, es inútil cualquier remedio si no se purga al enfermo, y es terrible si el paciente tiene mala respiración, orina ligera y ácida, y se le producen sudores en el cuello y la cabeza. Tales sudores son perniciosos al prevalecer las enfermedades mediante ahogos, estertores y violencia, a menos que se expulsara una orina abundante y densa y los esputos salieran cocidos. Cualquiera de estas dos cosas que se produzca por sí misma, resolverá la enfermedad.

Electuario para la perineumonía: gálbano y granos [**34**] de la piña del pino en miel ática. Dar a beber también abrótano con oximiel y pimienta. Dale eléboro[11] negro hervido al enfermo de pleuritis que tiene, al principio, un dolor agudo. Es bueno también dar a beber pánace hervida en oximiel y colada a enfermos de hígado y a quienes padecen dolores agudos de diafragma. Los remedios que hay que administrar para el vientre y la orina, hay que darlos en vino y miel, y los remedios para el intestino hay que darlos en mayor dósis y en una hidromiel muy acuosa.

[**35**] La disentería, una vez que ha acabado, producirá un absceso o una hinchazón, a menos que se manifieste en fiebre, sudores, orina densa y blanquecina, o en fiebres tercianas, o en una variz, o que el dolor se fije en el testículo, piernas o caderas.

[**36**] En los casos de fiebre biliosa, cuando sobreviene la ictericia acompañada de escalofríos antes del séptimo día, resuelve la fiebre; si se produce sin escalofríos y fuera del momento oportuno, es mortal.

[**37**] La flebotomía libera del tétanos de cadera y de las interrupciones de sangre en las venas provenientes de bilis negra. Cuando a causa de los tendones se producen en la parte delantera del cuerpo fuertes espasmos y sudores en el cuello y la cara, los tendones de la región sacra, que por su grosor sostienen la espina dorsal en el punto del que salen los ligamentos más largos, los que acaban en los pies, estos tendones sacros se encuentran mordidos por el esfuerzo y resecos; a un en-fermo así, si no se le produce

fiebre, sueño, ni la orina inmediata estuviese cocida, y si no tuviese unos sudores críticos, dale a beber vino blanco fuerte y de comer harina cocida. Úntale con cera y extiéndesela; recúbrele las piernas hasta los pies remojándoselos previamente en un recipiente caliente, recúbrele los brazos y la espalda desde el cuello a la cadera con un tejido grueso de lana para envolverle también la región delantera. Aplícale calor vertiendo agua caliente en recipientes pequeños, y envolviéndole en un tejido de lino, hazle tumbarse.

No liberes el intestino más que con un supositorio [**38**] si lleva estreñido mucho tiempo. Puede que al dárselo mejore. Pero si no, triturando raíz de nenúfar y de pastinaca en vino aromático, dáselo a beber por la mañana, en ayunas, antes de lavarse, e, inmediatamente después, que tome harina cocida templada, la más posible, y que beba cuando quiera vino rebajado. Quizá haya una mejoría al dárselo. Pero si no es así, debes hacer un pronóstico.

Todas las enfermedades se resuleven por la boca, [**39**] por el intestino o la vesícula. Las características del sudor son comunes a todas ellas.

Es preciso dar eléboro a quienes les desciende flujo [**40**] de la cabeza. A cuantos por un absceso, una ruptura de una vena, una mala regulación de humores, o alguna otra causa seria se les producen supuraciones, no les des eléboro[12], pues no va a valer de nada, y si el paciente sufre cualquier cosa parecerá que el eléboro es el causante. Pero darlo si el cuerpo se debilita, o hay dolor de cabeza, los oídos o la nariz están taponados, segregación continua de saliva, pesadez de rodillas o hinchazón desacostumbrada del cuerpo; cualquier cosa de éstas que ocurra no se produce por la bebida ni la actividad sexual, la pena, las preocupaciones o el insomnio. Si el causante es algo de esto, hacer un tratamiento contra ello.

[**41**] El caminar provoca dolores de costado, espalda, ríñones, cadera y cuantos se sufren al respirar, alegando otras causas. Es sabido que con frecuencia, a raíz de una borrachera o por alimentos flatulentos, se fijan dolores en los riñones o las caderas. Quienes sufren estos dolores tienen dificultades para orinar. El caminar es el motivo de esto, así como de las corizas y ronqueras.

[**42**] La mayoría de los trastornos derivados de las dietas apuntan, sobre todo, a cuando se sigue un régimen distinto del habitual[13]. Pues cuantos sin estar acostumbrados a comer por la mañana lo hacen, se les produce una fuerte hinchazón de estómago, somnolencia y hartazgo. Si hacen la comida de por la tarde, el vientre sufre alteraciones. Sería útil que estos enfermos durmiesen después de haber tomado un baño. Tras dormir dar un paseo largo y lento; si ha evacuado, que cene y beba menos vino y más puro, y si no ha evacuado, darle friegas calientes. Si tiene sed, que repose después de beber vino

dulce rebajado o vino blanco, y si no se ha tumbado, que se tome un reposo mayor. Y en cuanto a lo demás, que siga el mismo tipo de dieta que después de una borrachera.

[**43**] En lo relativo a las bebidas naturales, todas las que contienen agua son de paso lento, dan vueltas, flotan en torno a los hipocondrios y no descienden a la orina. Quien está lleno de una bebida de este tipo, que no realice ninguna actividad que por su fuerza o rapidez sea penosa para un organismo ya en tensión. Que guarde la mayor calma posible hasta que la bebida se digiera con los alimentos. De entre las bebidas naturales, las que son bastante puras o secas producen palpitaciones en el cuerpo y pulsaciones en la cabeza. Es bueno que estos enfermos se tumben y tomen algún líquido caliente hervido, el que les sea especialmente agradable. El ayuno es nocivo para el dolor de cabeza y la borrachera.

Todos los que comen una vez al día están vacíos, [**44**] débiles y tienen la orina caliente por estar vacíos contra lo habitual. La boca se pone salada o amarga, tienen temblores en cualquier actividad, tensión en las sienes, y no pueden digerir la comida de la tarde, lo mismo que si hubiesen comido por la mañana. Es necesario que éstos cenen menos de lo que suelen, y que tomen pan de cebada bastante húmedo en vez de pan de trigo y coman verduras, acedera, malva, cebada pelada o acelgas. Que beban en proporción a la cantidad de alimentos sólidos, vino bastante rebajado y que paseen un poco después de cenar, hasta que la orina descienda y se expulse. Que tomen también pescado cocido.

Características esenciales de los alimentos: el ajo [**45**] produce gases, calor alrededor del tórax, pesadez de cabeza y náuseas, y si hubiese algún otro dolor habitual lo agudizaría. En cambio, es diurético, y esto es bueno. Es excelente tomarlo si se va a salir a beber o si se está ya borracho.

El queso produce gases, estreñimiento y fermentación [**46**] de alimentos sólidos. Hace fermentar también lo que está crudo y sin digerir. Es muy perjudicial tomarlo al beber, cuando se está ya saciado de comida.

Todas las leguminosas son flatulentas, crudas, cocidas [**47**] o tostadas, y muy poco, en cambio, puestas en remojo o verdes. No hay que tomarlas más que con cereales. Cada una de ellas tiene sus propiedades negativas específicas: los garbanzos crudos o tostados producen flatulencia y molestias, las lentejas son astringentes y producen alteraciones si están con piel, los altramuces son los que menos propiedades negativas tienen.

[**48**] El silfio y su jugo. Hay algunos a quienes va especialmente bien, pero, en los que no tienen costumbre, hace que el intestino no funcione, y aparece lo que se

denomina cólera seca. Se produce, sobre todo, si se mezcla con queso abundante o con carne de vaca, pues por efecto de ésta las afecciones de la bilis negra se agudizarían. La naturaleza de la carne de vaca es difícil de superar y no puede digerirla un estómago cualquiera; como mejor se pasa es si se toma cocida y muy hecha.

[**49**] La carne de cabra tiene todos los factores negativos que hay en la de vaca: es más flatulenta y provoca eruptos y bilis. La que tiene mejor olor es la más agradable. La cocida y fría es la mejor; en cambio, es más desagradable, si tiene mal olor y está dura. La peor es la fresca. En verano es la mejor, y en otoño la peor.

[**50**] La carne de lechón es nociva cuando no está suficientemente cocida o muy quemada, favorecería también los flujos de bilis y trastornos. La carne de cerdo es la mejor de todas; la más fuerte es la que no es ni muy grasa, ni muy delgada, ni la de una víctima vieja. Se debería comer sin piel y un poco fría.

[**51**] El estómago tiene una inflamación de bilis seca y hay ruidos, dolor de costado y cadera, nada se excrementa, sino que hay estreñimiento. Vigila que este enfermo no vomite, sino que el intestino se afloje. Hazle inmediatamente una lavativa caliente y lo más grasa posible. Hazle entrar en agua caliente y dale cuantas friegas puedas, y tendiéndose en una bañera, viértele agua caliente en pequeñas dosis, y si el intestino cede al entrar el calor, la dolencia está resuelta. Es útil también hacer que se tumbe y darle a beber vino ligero, añejo y bastante puro. Dale aceite hasta que el intestino se calme, remita, y esté resuelto. Que se abstenga de cereales y de los otros sólidos. Si el sufrimiento no remite, dale a beber leche de burra para purgarlo; si el intestino se humedece, la bilis se va evacuando, hay cólicos, vómitos, ahogos y dolores mordientes, lo mejor para estos enfermos es guardar reposo, beber hidromiel y no provocarles vómitos.

Hay dos tipos de hidropesías; de ellas la que intenta [**52**] producirse bajo la carne es irreversible, y la que va acompañada de enfisemas requiere mucha suerte, y sobre todo un esfuerzo penoso, aplicaciones de calor y dominio. Que coma también alimentos secos y ácidos, pues de esta forma se favorecería muchísimo la secreción de orina y el enfermo se fortalecería. Si la respiración es mala, es época de verano y está en plenitud de edad, hay que hacerle salir sangre del brazo, luego que coma pan de trigo caliente mojado en vino tinto, y bebiendo lo menos que pueda, que haga el mayor ejercicio posible. Que coma carne de cerdo cocida en vinagre, para resistir los paseos por lugares escarpados.

Cuantos tienen caliente el intestino inferior y los excrementos [**53**] van ácidos e irregulares por la consumición, si pueden tolerarlo, hay que provocarles una revulsión con eléboro, pero si no, hay que darles una infusión de jugo de trigo del año densa y fría,

puré de lentejas, pan a la brasa, pescado cocido a quien tiene fiebre y a quien no pescado asado, vino tinto si no tiene fiebre, y si la tiene agua de nísperos, de mirto, de serba, de manzana, de dátiles o de flor de vid. Si tienen fiebre y hay cólicos, que beban primero un poco de leche caliente de burra, y luego paulatinamente más, espolvoreándola con semillas de lino, harina de trigo y habas egipcias previamente molidas y quitadas las partes amargas. Que coman huevos a medio cuajar, harina de trigo, mijo y espelta cocida en leche. Deben tomarlo todo cocido y frío. Debe administrárseles comida y bebida parecida a ésta.

[**54**] Lo más importante del régimen es estar atentos y mantener una vigilancia a las subidas y bajadas de fiebre durante los períodos de larga debilidad, para coger los momentos oportunos en que no hay que administrar alimentos y saber cuándo hay que darlos con seguridad, que es cuando el enfermo está muy lejos de la subida de fiebre.

[**55**] Hay que conocer las cefalalgias que se producen por ejercicios físicos, carreras, paseos, por actividad cinegética, por algún otro esfuerzo inoportuno o por actividad sexual, la palidez, ronquera, las afecciones de bazo, anemia, la dificultad de respiración, la tos seca, la sed, la flatulencia, la interrupción de aire en las venas, y la tensión de hipocondrios, costado o espalda, la falta de sensibilidad en los miembros, las imágenes borrosas, los ruidos en los oídos, la falta de control de orina, las ictericias, los excrementos crudos, las hemorragias fuertes de nariz o de cadera, y si hay enfisemas, o una fuerte fatiga que no consiguen dominar. No purgues a ninguno de estos enfermos, pues habrá un riesgo, no se sacará ningún beneficio y dificultarás las fases críticas que surjan por sí mismas.

[**56**] Si conviene sacar sangre a algún enfermo, haz primero que tenga el intestino sólido, y en ese estado, sácasela, y elimínale la alimentación y el vino. Luego continúa cuidándole con una dieta y con aplicaciones de calor húmedo. Si te parece que el intestino está duro, ponle una lavativa suave.

[**57**] Si te parece conveniente purgarle, hazlo por arriba con eléboro y con toda confianza; no purgues a nadie por abajo. Lo más válido es hacer que lleguen a orinar, a sudar y los paseos. Utiliza friegas suaves para relajar el cuerpo. Si el enfermo está en cama que le froten otros. Si el dolor afecta al tórax encima del diafragma, que esté sentado con la mayor frecuencia posible y que se tumbe muy poco, lo menos que pueda, y mientras está sentado que le froten con agua caliente abundante durante largo rato.

Pero, en cambio, si el dolor se halla bajo el diafragma, en el intestino inferior, que permanezca tumbado; y conviene que no haga ningún movimiento. A un organismo en tal estado no le prescribas nada, excepto las friegas. Las dolencias del intestino inferior

que se resuelven mediante orina o sudores, si fluyen en la medida adecuada, se solucionan por sí mismas, las dolencias leves; las graves, en cambio, son funestas, pues estos enfermos mueren, o, sin que existan otros males, no llegan a sanar, al contrario, este tipo de dolencias cristalizan en abscesos.

Bebida para un hidrópico. Toma tres cantáridas[14], [**58**] quita la cabeza, patas y alas de cada una de ellas y tritura los cuerpos en tres quiatos de agua; cuando, tras beberlo sienta dolores, que se moje con agua caliente frotándose antes con aceite. Que lo beba en ayunas y que tome pan de trigo caliente con grasa.

Hemostático. En un paño de lana aplicar jugo de higo [**59**] a la vena interior, o bien, haciendo un tapón de cuajo, obstruirle las fosas nasales, o extendiéndole cobre con el dedo, apriétale y presiona externamente los cartílagos por ambos lados. Alivia el intestino con leche hervida de burra, y afeitándole la cabeza, aplícale paños fríos si es época de calor.

[**60**] Las plantas de tipo del sésamo sirven para purgar por arriba. La bebida se hace con dracma y medio de sésamo triturado en oximiel. Se mezcla también con los eléboros, un tercio de la bebida y produce menor ahogo.

[**61**] Triquiasis[15]: Enhebrando una aguja, pasa un hilo por el extremo inferior del párpado dando puntadas hacia abajo y otro hilo en la base de él. Tras tensarlos, cóselos y átalos hasta que se caigan. Quizá con esto sea suficiente, pero si no, vuelve a hacer lo mismo de nuevo.

[**62**] Procede también con las hemorroides de igual manera; tras pasar con una aguja un hilo de lana grasiento, lo más grueso y largo que puedas, cóseselo, pues el tratamiento es bastante seguro luego; después de apretarlo, usa un producto séptico, no lo mojes hasta que se caiga y deja siempre una. Tras esto, si se va reponiendo, púrgale con eléboro. Que haga ejercicios físicos y sude; después de la gimnasia, fricciones y lucha atlética desde por la mañana; que se abstenga de carreras, de borracheras y de sustancias ácidas, excepto el orégano; que vomite cada siete días o tres veces al mes, pues así el organismo estaría en la mejor forma; que beba vino blanco, seco, rebajado y poca cantidad.

[**63**] Para los abscesos purulentos. Cortando unos cascos de escila, cuécelos en agua, y dejándolos cocer bien, tira el agua y ponle otra, y que cuezan hasta que parezcan al tacto suaves y cocidos. Luego, triturándolo todo de forma homogénea, mézclale comino tostado, sésamo blanco y almendras de sabor agradable, uniéndolo con miel, dale un electuario y encima vino dulce. Como bebida hervida: machacando un platito de adormidera blanca y disolviéndolo en agua o en una infusión de harina de trigo del año,

cuécelo, viértele miel, que se lo tome templado y pase así el día. Luego, calculando las consecuencias, dale la comida de por la tarde.

Disentería. Cogiendo un cuarto de cótila de judías [**64**] limpias y doce ramitas de granza, mézclalas de forma homogénea, y cociéndolo antes, dale a beber un electuario grasiento.

Ojos. Escoria limpia previamente lavada hecha una [**65**] pasta con grasa, como la masa de harina de trigo, que no esté húmeda, trabajándola finamente, humedeciéndola con jugo de una raíz verde y amarga, secándola al sol, humedecerla como un ungüento. Cuando esté otra vez seca, úntale los ojos con esta pasta, seca y trabajada de forma homogénea, y salpícale los lagrimales.

Humedad[16]. Triturando sobre una piedra un dracma [**66**] de ébano, nueve óbolos de bronce calcinado y tres óbolos de azafrán, tras hacer una mezcla uniforme, viértele un cótila ática de vino dulce, y después, poniéndolo al sol y tapándolo, úsalo cuando esté cocido.

Contra los dolores agudos y los humores. Un dracma [**67**] de sulfato de cobre y de uvas, cuando hayan cocido dos días, habiéndoles escurrido el líquido, triturado mirra y azafrán y mezclado mosto, cuécelo todo al sol y unta con esta mezcla a quienes sufren dolores agudos. Que esté en un recipiente de bronce.

Reconocimiento de ahogos provocados por la matriz. [**68**] Apretar con los tres dedos, y si se siente la presión, son de matriz, pero si no se perciben, son de espasmos.

A los que padecen somnolencia. Con un plato ático, [**69**] pequeño y redondo de jugo de adormidera[17], hazles una bebida.

[**70**] Con el extremo plano de una sonda, echa tres veces briznas de metal y engrudo de harina del año. Y, tras hacer con todo esto una mezcla homogenea, dásela hecha píldoras. Hace evacuar agua por abajo.

[**71**] Preparado para hacer evacuar el intestino. Cogiendo higos secos pequeños, vierte siete gotas de jugo de euforbio sobre cada uno de ellos, incluso para niños, y después de ponerlos en un recipiente nuevo, guárdalos. Dáselo antes de las comidas.

[**72**] Deshaz adormidera machacándola, vierte agua, cuélala. Mezcla harina y deja que se tueste esta masa. Luego, échale miel cocida y dásela a comer a los hidrópicos. Que beban, luego, vino dulce rebajado o hidromiel muy acuosa, o bien cogiendo jugo de adormidera, guárdala y úsala en tratamientos.

[1] El término *prostásies* y su construcción sintáctica con dos genitivos son díficiles de interpretar. El primer genitivo, *pneumátōn*, lo hemos considerado como régimen del *prostásies*, y el segundo, *orthopnoíēs xērês*, como un uso circunstancial.— Semánticamente, *prostáseis* es díficil de precisar. Puede interpretarse en el sentido de la incorporación física que debe realizar un asmático para respirar, pero, a nuestro juicio, tiene también el matiz de indicar todo el aparato externo y los ataques intermitentes de disnea de una enfermedad de este tipo. En cuanto al término *orthopnoíē*, nos parece más acertada y completa la interpretación por asma que por tos. Traducir por tos, es calificar todo el cuadro médico que se describe, por uno solo de sus síntomas, quizá el más característico, pero no el único.

[2] Se está describiendo una insuficiencia cardiaca y las repercusiones que se producen al acumularse las presiones, bien a nivel superior, la pesadez de cabeza, la vista, la afonía, o bien a nivel inferior, el hígado y la vena. — La mención clara de esta vena sin otro tipo de precisiones, indica que se está refiriendo a una vena bien conocida por todos e importante.— Podría tratarse de la vena cava inferior, o según el comentario de Littré que cita R. JOLY (*Hippocrate*, VI, 2, París, 1972, *ad loc.*), de la arteria aorta.

[3] Con el término *pneûma* se refiere aquí el autor, lo mismo que en el cap. 4, no a la respiración, sino al recorrido y función interna del aire, a su papel de impulsor de la sangre.— La doctrina del pneuma es uno de los puntos en los que se basa A. THIVEL («La composition de l'*Appendice R. M. A.*», en *Hippocratica*, París, 1980) para adscribir parte de este tratado a las corrientes médicas sicilianas de comienzos del s. IV a. C.

[4] La campanilla. El autor utiliza dos términos: *staphylḗ* «grano de uva», con uso metafórico que a través del latín cristalizará en «úvula» y *quionís*, diminutivo de *quíōn*, con un uso técnico que preferimos transliterar.

[5] Probablemente para consumir el mínimo de humedad y, así, dar facilidad para que el flujo descienda a la garganta y la lengua. En el tratado hipocrático *Nat. Puer*. 20 leemos que el cabello requiere una epidermis porosa para enraizar y gran cantidad de humedad para crecer.

[6] Consideramos que toda la segunda mitad de este capítulo se halla bajo la teoría de los contrarios propia de la antigua medicina. El autor maneja, léxica y conceptualmente, la noción *psychrós/thermós* (frío/caliente), *synathroizoménou toû thermoû/toû pyretoû katakermatizoménou* (concentración/fragmentación del calor), *syndedramēkótos ánō es tēn kefalên/es toùs pódas katabaínei* (subida a la cabeza/bajada a los pies). Es importante para esta teoría de contrarios y semejantes el artículo de A. THIVEL, «Saison et fièvres, une application du principe des semblables et du principe des contraires», en *Corpus Hippocraticum. Actes du Coll. hipp. de Mons*, Mons, 1977.

[7] Aparecen aquí conceptos básicos sobre las bebidas que coinciden con los expuestos en el tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas:* la división entre *póton* (bebida sin hervir) y *rýphēma* (bebida hervida). El *chylós ptisánēs* es el extracto, caldo o jugo de cebada hervido.

[8] La traducción castellana de tisana no guarda aquí ninguna relación con el término griego *ptisánē*.— El autor usa el vocablo *chylós* en un sentido muy general, casi sinónimo de *róphēma*, y sin matización alguna sobre la cebada.

[9] Toda la terapia de las enfermedades pulmonares reflejadas en estos capítulos, es la misma que la que contienen los caps. 22-24 del tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas*. (Cf. la Introducción al *Apéndice.)*

[10] *chylós*, traducido aquí por infusión, está utilizado en el mismo sentido que en el cap. 24 (cf. n. 8).— En cambio, los términos para indicar la mayor o menor densidad de las bebidas hervidas, aparecen con el mismo uso que en *Sobre la dieta en las enfermedades agudas: leptós* (ligero, poco concentrado)/*pachýs* (denso, concentrado).

[11] El eléboro, planta ligada a la magia y usada como purgante o vomitivo, es objeto de menores precisiones en el *Apéndice* que en el primer tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas*, donde se prescribe mezclado

con plantas aromáticas para atenuar sus efectos (cf. cap. 23 del tratado). Hay un temor reverencial al eléboro.— En el *Apéndice*, su uso se ha desdramatizado, quizás porque los médicos están ya habituados a él.— Son muy interesantes los estudios de H. GRENSEMANN, *Knidische Medizin*, Parte I, Ars Medica, II, 4, 1, Berlín, 1975; y de THIVEL, «La composition...», citado este último *supra*, n. 3, e Intr., n. 9.— Uno de los puntos en que se basan ambos autores para considerar que el *Apéndice* contiene teoría médica de dos épocas, son precisamente los distintos usos del eléboro: en efecto, el uso con sustancias que aminoren sus efectos pertenecería al s. v. y el uso sin otras indicaciones terapéuticas al IV (cf. THIVEL, *ibid*., págs. 454-455).

12 Esta alusión al eléboro, parece apoyar la teoría de Thivel de que esta planta goza de prestigio por su eficacia como purgante, pero, a la vez, su uso suscita temor y prevención por sus efectos.

13 Este capítulo y el 44, contienen conceptos dietéticos básicos establecidos por criterios positivos y de contrarios.— Aparece la misma doctrina médica e idénticas medidas para equilibrar el cambio *(metabolḗ)* que en los caps. 28-33 del tratado *Sobre la dieta en las enfermedades agudas* (cf. la Introducción al *Apéndice)*.— Existen cuatro pares de contrarios: tò *kenón/plēthṓrē, córos* (lo vacío/lo lleno), *memathēkótes/parà tò éthos* (habitual/contra la costumbre), *manositeîn/dìs siteîsthai* (comer una vez al día/comer dos veces al día), *aristân/deipneîn* (comer por la mañana/comer por la noche).

14 Las cantáridas son insectos coleópteros, un tipo de escarabajos con los que se preparan ungüentos y tintes.— Las trece recetas terapéuticas con que se cierra este *Apéndice*, nos parecen un ejemplo palmario de la exótica farmacopea hipocrática, cargada de mito y psiquismo, e insertada en un arte dominado por la *tèchnē* y el *lógos:* véase, al respecto, P. LAÍN ENTRALGO, *La medicina hipocrática*, Ed. Alianza, Madrid, 1970 (reed., 1983), págs. 336-338, y R. JOLY, *Le niveau de la science hippocratique*, Les Belles Lettres, París, 1966, págs. 51-52.

15 La triquiasis se produce al crecer las pestañas hacia el globo ocular, en vez de hacia el exterior.

16 De acuerdo con el comentario de GALENO (cf. *CMG* V, 9, 1, Berlín, 1914, pág. 366), este preparado, así como el expuesto en el párrafo siguiente, deben referirse también a la oftalmología.

17 Traducimos el término griego *mēkṓnion* por «adormidera» en un sentido genérico, pero precisando que no se trata del *Papaver somniferum*, del opio, y que esta adormidera se está usando como purgante, no como narcótico. JOLY (cf. *Hippocrate*, VI, 2, pág. 97) clasifica este término como *Euphorbia peplus*.

SOBRE EL USO DE LOS LÍQUIDOS
(*Perì hygrôn chrḗsios*)

INTRODUCCIÓN

Este tratado ocupa un lugar especial en el *Corpus Hippocraticum*, tanto por lo que respecta a su contenido, como por otros aspectos más formales. Así, la transmisión del texto es casi única: sólo conservamos dos manuscritos, A (*Parisinus graecus* 2253, s. XI) y E (*Parisinus graecus* 2255, s. XIV), con la particularidad de que el copista de E ha incluido en su manuscrito *Sobre el uso de los líquidos* copiándolo de las *Obras* de Hipócrates que editó en 1538 Cornarius, que, a su vez, se basa en la edición aldina de 1526, que, por su parte, transcribe el manuscrito A[1]; en resumidas cuentas, no tenemos más que un único manuscrito para editar el texto.

La lengua del tratado presenta también usos dignos de mención; abundan las oraciones sin verbo, elipsis de todo tipo y cambios de construcción sintáctica, que dificultan, en ocasiones, la correcta comprensión de lo que quiere decir el autor. (Pero hay que decir que en este aspecto el autor sigue la pauta marcada por otros tratados hipocráticos, como *Epidemias*.) Esta circunstancia, unida a la brevedad con que expone sus ideas el autor del tratado y al propio tema de su obra, tan alejado de las grandes teorías médicas, y tan cercano al ejer-cicio diario de la medicina, ha hecho que no se le haya prestado hasta la fecha demasiada atención. R. Joly en su edición, por ejemplo, considera que nos encontramos ante unas notas de un médico para su uso personal y no destinadas a la publicación, y E. Littré quiere ver en él el resumen de un tratado más extenso[2]. Es posible que la opinión de estos autores se deba a una falta de comprensión de la frase que encabeza el tratado. En efecto, la consideran una enumeración de tipos de agua y traducen, en consecuencia, «agua potable, salada, del mar».

Frente a ello, pienso que es una oración nominal quiástica: «El agua dulce es potable, salada la del mar». El significado de esta máxima se desarrolla en los capítulos siguientes (valores terapéuticos del agua dulce y del mar), cosa que queda muy oscura en la interpretación de Joly (que, en este punto, es la de Littré). Por otra parte, estas palabras son una alusión a la doctrina del conocimiento de Anaxágoras: el conocimiento surge de los contrarios, así el agua dulce se conoce gracias a la salada (cf. Teofrasto, *Sobre la sensación* 27 ss.). Más adelante, vuelve a hacerse eco de esta teoría, cuando habla de que lo ajustado, o comedido, se prueba como el calor en la piel, por exceso y defecto (cf. Teofrasto, *ibid.*). Esto no quiere decir, claro está, que el autor lo haya tomado directamente de Anaxágoras[3]. Sin embargo, no es ésta, en el tratado, la única teoría de origen presocrático. Así, su base teórica fundamental, la oposición de los tres principios, humedad, frío, calor, tiene antecedentes bien conocidos en la antropología

preso-crética[4] y en la medicina[5]; el tratado aplica coherentemente la terapéutica adecuada a cada afección, atendiendo al origen de la enfermedad (frío, calor), y a la índole de la parte que ha de recibir el tratamiento. Pero el autor no se limita a hacer una aplicación mecánica del principio *contraria contrariis*, en muchas ocasiones parece estar hablando de su experiencia personal y de los resultados observados en la aplicación de la terapia[6]. Por ejemplo, la terapéutica propuesta para las luxaciones a base de agua caliente estaba ya de moda en 425 a. C., cuando se estrenaron *Los Acarnienses* de Aristófanes[7]; el fundamento de esta terapéutica es, sin duda, la consideración de la naturaleza humana como un compuesto de frío y calor, que es, precisamente, la idea expresada por Pólibo (ss. V-IV a. C.)[8], según nos la transmite el *Anonymus Londinensis*[9].

La base teórica del tratado *Sobre el uso de los líquidos*, así pues, corresponde al ambiente médico de finales del siglo V y principios del IV a. C. Y hay otros dos aspectos que apuntan también a una fecha análoga: 1) la reacción contra la medicina mágica, y 2) la discusión sobre el método de actuación del médico.

En efecto, el autor se ve obligado a afirmar desde un principio que el agua potable no posee en sí cualidad curativa alguna, sino sólo en calidad de transmisora del calor, frío o humedad; sin duda, al afirmar este principio, se está enfrentando a la creencia de que el agua tiene propiedades terapéuticas, creencia que había pasado a la medicina técnica desde las creencias populares[10]. En este punto, el autor del tratado comparte la actitud propia de los médicos del período que P. Laín denomina fundacional[11]. Esta actitud también se manifiesta en la discusión del método médico que se expone en el capítulo primero, quizá con no mucha fortuna literaria: para determinar *tò métrion*, la forma de medir, propone el autor un sistema de pruebas por exceso y defecto hasta lograr el equilibrio, siendo la guía última de actuación no causar daño, así como los sentidos del médico y del enfermo. En esta idea está presente la discusión que se plantea en *Sobre la medicina antigua* («la medida... no podrá encontrarse, sino en la sensación del cuerpo»)[12] Poco importa que nuestro autor lo entienda en sentido subjetivo (indudablemente para medir la temperatura se requiere la sensación del médico o del enfermo, según los casos), lo más importante es que en estas líneas se contiene un método de actuación que se basa exclusivamente en las pruebas que se pueden obtener variando la acción terapéutica: el médico obtiene su «medida» probando su acción por los efectos perjudiciales o beneficiosos que produce. En esta actitud pragmática se percibe la presencia de la escuela de Cos.

En resumidas cuentas, estas ideas implican una teoría que procede, en último extremo, de la teoría de la sensación de Anaxágoras, un procedimiento de actuación

basado en la imagen de la balanza y que está bien atestiguado en Platón[13] y, por último, un procedimiento terapéutico que volvemos a encontrar en *Epidemias* I 5 y que se convirtió en un principio fundamental del tratamiento médico[14]. Todo ello apunta a una fecha entre finales del siglo V a. C. y principios del IV, en la que concuerda el cotejo con el tratado *Sobre la medicina antigua*, dado que el autor de este tratado, contemporáneo de Platón, reacciona violentamente contra los médicos que proponen como causa de las enfermedades los cuatro principios fundamentales (seco, húmedo, frío, calor)[15]. Por otra parte, desde el punto de vista del vocabulario el tratado *Sobre el uso de los líquidos* muestra gran número de coincidencias con los tratados *Sobre las fracturas, Sobre las articulaciones* y *Epidemias*, por no mencionar la sección V de *Aforismos* que presenta citas literales, sin que se haya determinado hasta la fecha cuál de los dos tratados es anterior[16].

Esquema del tratado

A. Definición del agua y sus tipos. Modos de empleo del agua dulce.
   1. Usos del agua caliente.
   2. Peligros del uso del agua caliente y efectos perniciosos.
   3. Partes del cuerpo a las que beneficia el calor y el frío.

B. Usos del agua de mar.

C. Usos del vinagre.

D. Usos del vino blanco y tinto y sus cualidades astringentes.

E. Efectos del frío y sus aplicaciones terapéuticas.
   1. Padecimientos en los que están indicados tanto el calor como el frío.
   2. Tratamiento de las afecciones de los ojos; casos en los que es adecuado el calor, el frío y los aceites.
   3. Efectos perniciosos del frío excesivo y contraindicaciones.

F. Resumen general del tratado y recapitulación final.

Según demuestra este resumen, la obra sigue un plan de exposición muy preciso, que podemos describir con la frase «de divisiones sucesivas»: se desarrolla el primer término de la definición con todas sus derivacio-nes, antes de pasar al segundo (agua caliente/fría). En cada apartado la exposición sigue los principios contrarios frío/caliente, beneficioso/perjudicial, y la sucesión de los líquidos, cuyo uso se comenta, sigue un criterio de intensidad, que va de lo más débil, *asthenés*, a lo más fuerte, *ischyrón* (cf.

agua del mar/vinagre), para pasar a ocuparse del vino que se usa frío y, por lo tanto, sirve de transición e introducción a los efectos del frío[17]. Este plan general, unido a la forma retórica de las frases que abren el tratado, recuerda la retórica de los sofistas, circunstancia que es también coherente con los otros aspectos más teóricos que hemos señalado anteriormente.

Ediciones y manuscritos

Según hemos dicho al principio de esta introducción sólo se conserva este tratado en dos manuscritos, uno de los cuales no es utilizable. Las ediciones de las que tenemos noticia que contienen este tratado son las siguientes:

FRANCESCO TORRESANI, *Omnia Opera Hippocratis*, Venetiis in aed. Aldi et Andrea Ansulani, 1526.

JANUS CORNARIUS, *Hippocratis Coi medici vetustissimi et omnium aliorum principis*, Basileae, Hieronimus Frobenius, 1538.

ANUCE FOËS, *Magni Hippocratis medicorum omnium facile principis opera omnia*, Francofurti apud Andreae Wecheli, 1595.

J. VAN DER LINDEN, *Magni Hippocratis Coi opera omnia graece et latina edita*, Lugduni Batavorum, ex typographia Kaliwodiana, 1743.

E. LITTRÈ, *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, París, 1861, Amsterdam, reimpr. Hakkert, 1962, vol. VI, págs. 118-137.

I. L. HEIBERG, *Hippocratis Opera (CMG I)*, Leipzig-Berlín, 1927, páginas 85-90.

R. KAPFERER, C. STICKER, *Die Werke des Hippokrates*, Stuttgart, H. Verlag, vol. II, 1933, págs. 99-108.

R. JOLY, *Hippocrate, Oeuvres*, vol. VI, 2, París, Belles Lettres, 1972, págs. 159-170.

No conocemos otra edición o traducción a lengua alguna, aparte de las que aquí se citan. Para nuestra traducción hemos seguido el texto de Joly contrastado con la edición de Heiberg y la de Littré. Las escasas divergencias se señalan en las notas al texto.

IGNACIO RODRÍGUEZ ALFAGEME

[1] Cf. A. RIVIER, *Recherches sur la tradition manuscrite du traité hippocratique «de morbo sacro»*, Berna, 1962, pág. 155, n. 5.

[2] *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, vol. VI, París, 1861.

[3] Ya Perménides afirma algo semejante (cf. TEOFRASTO, *Sobre la sensación* 1 ss.), y la misma idea aparece en PLATÓN (*Protágoras* 356a), quien lo ha tomado de Anaxágoras (cf. TEOFRASTO, *Sobre la sensación* 32), y en ARISTÓTELES, cuando habla de los contrarios (*Tópicos* 4, 3 = 123b29).

[4] Alcmeón afirma que la enfermedad se origina del «exceso de calor o frío» (cf. AECIO, V 30, 1). Arquelao, el discípulo de Anaxágoras, habla del agua derretida por el calor y solidificada por el frío como principios de su cosmología (cf. DIÓGENES LAERCIO, II 17), y esta misma teoría aparece recogida en *Sobre la dieta*. La difusión de estas ideas se produce en el siglo V a. C. (cf. P. LAÍN ENTRALGO, *La medicina hipocrática*, Madrid, Alianza, 1982[2], págs. 394 y 400). También ARISTÓTELES se hace eco de esta concepción (cf. *Problemas* 887b39 ss.).

[5] Las cuatro cualidades que sirven de fundamento a la terapéutica aparecen mencionadas en *Epidemias* II 88, 17, y son la base teórica del tratado *Sobre la naturaleza del hombre* de Pólibo (cf. H. GRENSEMANN, *Der Arzt Polybos als Verfasser hippokratischen Schriften*, Wiesbaden, Steiner 1968, págs. 108 y sigs.); en este tratado, claro está, la mención de «lo seco» quedaba excluida por el mismo tema que se trataba: los líquidos.

[6] En esta actitud coincide con el autor de *Sobre la medicina antigua* (cf. LAÍN ENTRALGO, *La medicina*..., pág. 400).

[7] Cf. I. RODRÍGUEZ ALFAGEME, *La medicina en la Comedia ática*, Madrid, U. Complutense, 1981, págs. 158 y sigs.

[8] Cf. GRENSEMANN, *Der Arzt*..., págs. 54 y sigs.

[9] Véase W. H. S. JONES, *The Medical Writings of Anonymus Londinensis*, Cambridge, 1947; cf. GRENSEMANN, *Der Arzt*..., pág. 57; puede verse también E. VINTRÓ, *La nosología hipocrática*, Barcelona, Ariel, 1972, págs. 89-93. La génesis de las enfermedades hay que entenderla como un producto del desequilibrio de estos principios causado por diversos motivos, entre ellos el clima; así, el frío es causa de la *bulimia*, según dice ARISTÓTELES (*Problemas* 887b39 ss.; cf. ERASÍSTRATO, en AULO GELIO, *Noches áticas* XVI 3).

[10] Para las creencias religiosas asociadas con el agua, véase M. NICK, *Die Bedeutung des Wassers im Kult und Leben der Alten*, Darmstadt, 1967[2], págs. X y sig.; para la medicina, véase RODRÍGUEZ ALFAGEME, *La medicina*..., pág. 451, y, en general, para las aplicaciones terapéuticas, L. GIL, *Therapeia*, Madrid, Guadarrama, 1969, págs. 140 y sigs.

[11] Cf. LAÍN ENTRALGO, *La medicina*..., págs. 394 y sigs.

[12] *Ibid*., págs. 63 y sig., con la nota y la discusión y la bibliografía citadas.

[13] La imagen aparece mencionada explícitamente en *Sobre las mujeres estériles* (LITTRÉ, *Oeuvres*..., vol. VIII, págs. 442-44, cf. LAÍN ENTRALGO, *op. cit*., pág. 239), en PLATÓN, *Político* 283e ss., *Leyes* VII 816b, y en ARISTÓTELES (*Tópicos* 4, 3 = 123b29). El paralelo del contexto es notable en el *Político* de Platón, donde se habla de «exceso y defecto» *(hyperbolḕn kaì élleipsin)*, y a continuación, pasa a tratar del problema de la medida *(tò métrion)* que observan todas las artes para conseguir el beneficio y la belleza. Más adelante (289a) incluye a la medicina entre las artes dedicadas a la *ktē̃sin trophês*.

[14] Aparece, igualmente, en *Sobre las afecciones* 13 y *Sobre las semanas* 31 y en *Sobre las fracturas* (LITTRÉ, *Oeuvres*..., vol. III, pág. 524), también en TUCÍDIDES, VI 14; cf. C. SANDULESCU, «Primum non nocere», *Acta Antiqua Hung*. 13 (1965), 359-368.

[15] Cf. *MA* 13, J. FESTUGIÈRE, *Hippocrate, L'Ancienne médecine*, París, Klincksieck, 1948, págs. 10 y sig. (= LITTRÉ, *Oeuvres*..., vol. I, página 590). Sin embargo, la fecha que proponemos, lo es sólo a título de

hipótesis, hasta completar estudios más pormenorizados.

[16] Cf. R. JOLY, *Hippocrate, Oeuvres*, vol. VI, 2, París, 1972, pág. 159.

[17] Es muy probable que en esta parte del tratado (cap. 6) haya que entender *psychrón* en el sentido de «agua fría», dada la contraposición que hemos visto al principio, antes que pensar en una serie de consideraciones generales sobre el frío, como opuesto al calor.

SOBRE EL USO DE LOS LÍQUIDOS

I

El agua dulce es potable, salada la del mar[1]. El [**1**] agua potable en el dispensario del médico es la mejor; en efecto, es la mejor para los instrumentos de hierro y de bronce y la de uso más general[2] para la mayor parte de los medicamentos añejos. Para el cuerpo es preciso saber que ésta, por humedecimiento, refrigeración o calor, y no por otra razón alguna, es beneficiosa o perjudicial, la potable. Donde se necesite poca agua potable usarás una esponja; excelente para los ojos. Si la piel en sí estuviera ulcerada, la humedecerás con agua caliente. Baño de vapor de todo el cuerpo o de parte: ablandamiento de piel dura, relajación de lo que está contraído, [de los tendones], desecación de las carnes, [brote de sudor][3]. Mojar, purgar previamente, por ejemplo las narices, vejiga, flatos; encarnecer, suavizar, derretir, atenuar, reavivar el color, apagar el color ⟨de [**2**] la piel⟩. Induce sueño sobre la cabeza y otras partes. Es calmante de espasmos y contracturas[4]; ensordece los dolores de oído, de ojos y cuantos hay similares. Calienta lo frío, [por ejemplo la pez], en las heridas, salvo las sangrantes o las que están a punto de ello[5], en las fracturas, dislocaciones, en lo demás en que el médico haga uso de vendas, en el dolor de cabeza.[6] Lo apropiado para cada caso, ni más ni menos, lo sabemos poner a prueba[7], como el calor en la piel, por exceso y defecto, en la idea de que, para no perder ambos, se obtienen indicios de los efectos dañinos o no beneficiosos, como ocurre con la tibieza del agua; así pues, las acciones perjudiciales o beneficiosas, en el caso de que se produjeran, es preciso continuarlas hasta que produzcan beneficio, más que hasta que causen daño[8]. El humedecimiento tiene poca fuerza, la refrigeración [**3**] y el caldeamiento mucha, como el del sol; y el agua fría que esté caliente hasta el punto de que el enfermo pueda beberla. Pero que el calor no llegue a quemar; ⟨la temperatura⟩ la juzga él, salvo los que han perdido el habla, los paralíticos, los comatosos, o los que están fríos por causa de heridas, por ejemplo, o los doloridos en exceso, éstos son insensibles; podrías quemarles sin darte cuenta. También las dislocaciones profundas y graves. Hay casos en que los pies helados se han desprendido como consecuencia de una afusión de agua caliente. En estos casos sea juez la piel[9] del que hace la afusión; hay que obrar del mismo modo con el agua fría. En estos mismos dos casos una cantidad pequeña tiene poca fuerza, y una grande, mucha. Y, sin embargo, dejarlo hasta que se produzca el grado extremo de aquello por lo que se hace, o retirarlo

previamente, antes de que llegue a producirse, cada uno de estos modos [**4**] de obrar causa daño. El calor produce los siguientes daños a quienes abusan de él: reblandecimiento de carnes[10], falta de fuerza de tendones[11], entorpecimiento de inteligencia, hemorragias, desmayos, éstos hasta la muerte; y el frío, espasmos, contracturas, ennegrecimientos, escalofríos [12]. Los usos apropiados se deducen de éstos. Y, por lo demás, producen daño o benefician los antedichos ⟨tratamientos⟩ mediante el placer y el bienestar, el dolor y el malestar, que individualmente en cada caso se ponga de manifiesto que concuerdan con lo sano.

II

[**1**] En cuanto al cuerpo, a lo que de él se encuentre habituado a estar al abrigo, por hallarse lo más lejos posible del calor propio y muy cerca del frío ajeno, lógicamente le agrada el calor por esta razón y lo puede tolerar. Al encéfalo y cuanto de él parte le molesta el frío y le agrada el calor, aunque, en su mayor parte, sea por naturaleza más frío y sólido y esté lejano del calor propio. El frío es, por eso, enemigo del hueso, dientes y tendones, y el calor amigo[13]; a partir de ellos ⟨se producen⟩, en efecto, los espasmos, contracturas, escalofríos, que provoca el frío y que hace cesar el calor.

Por eso también a los genitales el calor les provoca [**2**] manifestaciones de placer y excitación, y el frío sensaciones de dolor y rechazo. Por eso, la región lumbar, el pecho, la espalda, los hipocondrios se resienten más por el frío, gustan del calor y pueden tolerarlo. Por eso, lógicamente, la región lumbar, la espalda, el pecho, los hipocondrios tienen reacciones contrarias, ya que son de índole contraria. Por eso, en el estómago[14] provoca naúseas a los que se aplican allí calor, y el frío las calma. Por eso le agrada la bebida fría, y le agradan los alimentos calientes. Por eso también en los desmayos es beneficioso verter agua fría sobre las extremidades. Lo dicho es causa de que las partes dorsales soporten [**3**] mejor el calor que las frontales, y de que a las partes frías les ocurra lo mismo; ya que las extremidades están expuestas y están acostumbradas a no encontrarse al abrigo, como el interior ⟨lo soporta⟩ mejor que el exterior. Hay que recordar también que calor y frío en cada parte del cuerpo dominan a la piel exterior, porque es continua consigo misma y con el tendón sanguíneo; por el hecho de estar fuera del calor propio en el frío externo, con frecuencia es dominada por ambos y con frecuencia está a falta de ambos, pero muchas [**4**] veces necesita más del calor por su gusto. Les ocurre también a las extremidades algo por el estilo, de modo que obedecen rápidamente a muchos influjos y lentamente se recuperan lo primero, y está claro en las

venas que ⟨reaccionan⟩ en primer lugar y ⟨se recuperan⟩ en último lugar; de esta manera resulta obvio todo, allí donde se enfrían las extremidades y donde se calientan; en las evacuaciones y en los desmayos ⟨ocurre⟩ también según nuestro razonamiento. Lógicamente, ya que a las venas y a lo que de ellas depende, lo calienta primero el calor, como el interior de las manos. [**5**] A las heridas, en consecuencia, les agrada el calor, porque están habitualmente al abrigo; les molesta, como es natural, lo contrario. Lógicamente también a las venas en sí, porque están al calor. Naturalmente el tórax en sí y el vientre en sí vencidos por el frío se incomodan y se sienten morir, porque no están en absoluto acostumbrados. Sin embargo, son lo que dista más de que les pueda ocurrir, porque está muy cerca de ellos la carencia ⟨de frío⟩; y, consecuentemente, les agrada la bebida fría. De este modo están concordes todos [**6**] estos fenómenos. Y, en particular, todas las escoriaciones y quemaduras superficiales no específicamente acostumbradas al abrigo, les exacerva particularmente el frío, como es lógico, porque las domina rapidísimamente, y las ⟨partes⟩ más profundas, si resultan dominadas por él, se exacervarían más, ya que también participan de la naturaleza del tendón. Como al hipogastrio parece agradarle el calor, ha de prestarse atención al vientre; también participan de ello[14bis] las extremidades, la vejiga, el útero y, especialmente, los genitales externos; son por naturaleza más fríos que lo que se suele pensar; el calor brota hacia arriba, no hacia abajo, por esa razón les agrada. En efecto, tras el calor [**7**] el cuerpo, relajado, se enfría más, y tras el frío se recalienta una vez que está más contraído, como también las aguas han de enfriarse y calentarse según su sutileza[15]. Tras el calor, una vez más seco, se endurece, como los ojos tras el frío; en efecto, lo uno es semejante a lo que le rodea y lo otro no.

III

Agua de mar para los afectados por prurito y comezón [16] [**1**] en baños y vapor caliente. A los no habituados se les aplica un ungüento; para heridas de quemaduras, escoriaciones y otras cosas semejantes es perjudicial, y adecuada para las heridas limpias, y es buena también para bajar hinchazones, como les ocurre a las heridas de los pescadores, pues éstas no supuran, [**2**] si no se les toca. En compresas, también calma las úlceras y detiene su crecimiento, como la sal, la salmuera y el nitro[17]. Todo esto es irritante, si se usa en pequeña cantidad, bueno si se resiste durante tiempo, y mejor caliente en la mayoría de los casos.

IV

El vinagre para la piel y las articulaciones es comparable [**1**] al agua de mar y más eficaz: aplicarlo en afusiones y vaporizaciones a las heridas recientes, los trombos, allí donde haya ennegrecimiento de los genitales, ardor de oídos o, incluso, de dientes. En estas enfermedades, entre otras, hay que formarse un juicio basado en el calor y la estación del año; lo disolverás como [**2**] la sal[18]. Para todo lo demás, para cuantas afecciones es astringente, líquenes, lepras, lepra blanca, condensado al calor del sol, y sobre todo para las uñas leprosas[19], porque lo vence con el tiempo. Suaviza los papilomas[20] y la roña de las orejas, ablanda también la piel, y también serviría para otras muchas afecciones, si no dañara el olfato, y sobre todo a las mujeres; podría curar incluso la podagra, si no causara heridas en la piel. Los mismos efectos los producen también las heces del vinagre.

V

[**1**] El vino dulce, en todas las heridas viejas, es suficiente si se usa continuamente, y también para administrar los medicamentos; como astringente el vino blanco o tinto se aplica frío a las heridas, frío por su calor[21]. Normas de uso: en cuantas afecciones precisan afusiones, [**2**] inyecciones o baños para lograr refrigeración, se usa como el agua más fría; en cuantas astricción, el vino tinto también para empapar hilas de lana, como también se empapan hojas de peral[22] o vendas en la mayor parte de los casos; y vino blanco en cuantas también se precisa astricción, como por ejemplo ⟨se empapan⟩ hojas de hiedra, y en cuantas se precisan medicamentos más astringentes y secos, como por ejemplo el cisto[23] y la zarzamora[24], el zumaque curtiente[25], la salvia[26], y cuantas es preciso ablandar, como la harina cocida.

VI

El frío es beneficioso para las erupciones rojas, extensas, [**1**] que brotan aquí y allá, como las que tienen quienes poseen un bazo voluminoso, y las rojizas que tienen los metidos en carnes y de carnes blandas, y los morenos también, las erupciones redondas: las llaman etólicas (pústulas). Se producen en los baños calientes y a las mujeres por la retirada del menstruo bajo la piel o por llevar sin estar habituado vestidos ásperos o por flujo de sudor o al pasar rápidamente del frío al fuego o entrar en un baño caliente; eso,

si lo hicieras un momento después, verías que ya no se produce; cuanto se [**2**] origina por el frío, o cuanto se hace áspero como el mijo, después se ulcera, el frío le perjudica y el calor le beneficia. Afecciones a las que favorecen ambos: los edemas de las articulaciones, la gota no ulcerada, y la ma-yor parte de los espasmos; en éstos el agua fría en cantidad abundante aminora el derrame y adormece el dolor. Un entumecimiento moderado hace cesar el dolor [**3**] y el calor deshincha y ablanda. Tales remedios valen para la gota, debilidad, contracturas, espasmos, contracciones, temblores, parálisis; los mismos remedios, relajaciones, o claudicaciones, entumecimientos, pérdida de voz; esos mismos remedios, retención inferior. Hay que vigilar en el tratamiento por frío que los líquidos se empleen fríos más que calientes. Las rigideces en las articulaciones debidas a una inflamación que alguna vez se haya producido o por anquilosis, ayuda a curarlas [**4**] atar el brazo a un odre lleno de agua caliente. Y en cuanto a los ojos, es calmante del lagrimeo ungir contra lo acre un aceite suave, de modo que no les toque lo salino, y para las ulceraciones[27] bañarlos y llenarlos de modo que recuperen su naturaleza. Para los ojos agua caliente para los dolores, abscesos causados por lágrimas mordientes, y todas las sequedades, el agua fría para lo insensible e irritado, y para los que suelen tener tumoraciones[28] en las venas, como escrófulas en el pecho y otras durezas, pero para el recto y el útero no conviene en absoluto, ni a quienes, debido al frío, [**5**] orinan sangre. Para las heridas el frío es mordiente[29], endurece la piel de alrededor, las heridas dolorosas las hace no supurantes, lívidas, negruzcas, fríos febriles, espasmos, contracturas. A veces, en caso de contractura sin herida en un joven fuerte, a medio verano, una afusión de mucha agua fría provoca recuperación del calor; el calor las disipa a ésas[30]; para las heridas de la cabeza y el dolor de cabeza. El calor es supurativo, pero no de toda herida, es el mejor indicio de curación, ablanda la piel, deshincha, es analgésico, calmante de escalofríos, espasmos, contracturas. Aplicado a la cabeza también quita el dolor de cabeza. Y es útil, ante [**6**] todo, para las fracturas de huesos, especialmente si son abiertas, y entre éstas, sobre todo, las heridas de la cabeza voluntarias o accidentales; y cuanto por frío muere o se ulcera, aun en heridas voluntarias y accidentales, escoriaciones, herpes, erosiones, ennegrecimientos en las enfermedades, o en el oído, el recto[31] o matriz, para todos éstos el calor es beneficioso y provoca la crisis, el frío es perjudicial y mortal, salvo en cuantos casos es de esperar hemorragia.

VII

Así, afusión de líquidos, unción de aceites, aplicación [**1**] de hojas o emplaste de hilas, en cuantos casos el frío o el calor es beneficioso o perjudicial[32].

[1] El autor parece tener presente la doctrina de Anaxágoras de que sólo se percibe gracias a los opuestos «lo frío por lo caliente, lo potable por lo salado» (cf. TEOFRASTO, *Sobre la sensación* 27 ss. = 59 A 92). La traducción que proponemos nos parece preferible a la que dan tanto LITTRÉ como, recientemente, JOLY: «Agua potable, salada, del mar», que sería una especie de título. Por lo demás, el método de conocimiento es claramente hipocrático, de la escuela de Cos (cf. P. LAÍN ENTRALGO, *La medicina hipocrática*, Madrid, 1982[2], pág. 412). El empleo de *thálassa* con el valor de «agua de mar» sólo aparece en HIPÓCRATES, *Coac*. 427 (cf. Dífilo de Sifnos en ATENEO, III 121d; Mosquión, *ibid*., V 208a).

[2] El uso de *koinótaton* con este significado aparece a partir de Platón (cf. LSJ, *s. v*.: *koinós*, III); también ocurre lo mismo con *palaiouménoisi* (cf. PLATÓN, *Banquete* 208b, *Timeo* 59c; este último pasaje muestra varias coincidencias con el tratado hipocrático).

[3] En esta línea se han incluido, probablemente, dos glosas: en primer lugar, la mención de los tendones *(neúrōn)* a continuación de «relajación de lo que está contraído», y, por otra, «brote de sudor», que viene a decir lo mismo que «desecación de carnes».

[4] *Aforismos* V 22. El paralelo entre ambos lugares invita a pensar que se trata de una cita directa. La palabra *tétanos* tiene el valor general normal en el *Corpus Hippocraticum:* «contractura», no con el valor del castellano «tétanos», como enfermedad específica, y eso a pesar de que más adelante habla el autor de *tétanos áneu hélkeos* «Contractura sin herida».

[5] *Aforismos* V 19: «Caliéntense las partes congeladas, salvo las que están a punto de tener hemorragia.»

[6] Nuevamente el término aparece en la sección V de *Aforismos* (22): «alivia el dolor de cabeza» (cf. también *Sobre la dieta en las enfermedades agudas*, 49).

[7] El término *basanízein* en este sentido es aristotélico (*Generación de los animales* 747a3), pero también hipocrático (véase *Sobre los aires, aguas y lugares* 3). Nuevamente la doctrina de la percepción tiene su origen en Anaxágoras, tal como la recoge TEOFRASTO (*Sobre la sensación* 32, cf. 29).

[8] Alude a un principio general de la medicina hipocrática que se repite en *Sobre las afecciones* 13, *Sobre las semanas* 31, y puede verse también en TUCÍDIDES, VI 14; en nuestro tratado, el principio es una de las guías fundamentales de su redacción, según hemos indicado en la Introducción.

[9] La capacidad de discernir una cualidad viene dada por la «mediocridad» del sentido frente a los extremos de las cualidades, según ARISTÓTELES (*Sobre el alma* III 13, 435al7). La doctrina podría ser aristotélica, pero ocurre que la terminología no coincide: el órgano del tacto para PLATÓN es la «carne» *sárx* (cf. *Timeo* 61c), y ARISTÓTELES acepta el mismo término, aunque critica la concepción y piensa que el órgano sensitivo es el corazón (*Sobre las partes de los animales* II 10 = 626b35 y 626a29; véase J. I. BEARE, *Greek Theories of Elementary Cognition*, Oxford, Clarendon, 1906, págs. 194 y sigs.). Desde este punto de vista, el tratado es prearistotélico. Ahora bien, el problema se complica por las siguientes razones: 1.°) la forma que emplea el autor hipocrático *(chrōtí, chrôta)* es ática, 2.°) se distingue entre *chrṓs* y *sárx* (piel/carne), 3.°) GALENO dice que en jónico *chrṓs* se emplea con el significado de *sárx* (XVIII [2] 435K.)

[10] *Aforismos* V 16: «El calor causa los siguientes daños a quienes lo usan con demasiada frecuencia: flojedad de carnes, impotencia de los nervios, torpeza de la inteligencia, hemorragias, desmayos; esos daños suponen, a veces, la muerte.» El parecido es mayor en los textos griegos que en las traducciones. Para los antecedentes hipocráticos, véase *Sobre las articulaciones* 52, y LAÍN ENTRALGO, *La medicina*..., página 221.

[11] El término *akráteia* sirve para definir la enfermedad en los escritos quirúrgicos, o bien designa una limitación funcional (cf. LAÍN ENTRALGO, *ibid*., pág. 221; E. LITTRÉ, *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, vol. VI, París, 1861, pág. 310).

[12] *Aforismos* V 17: «El frío: convulsiones, contracciones, manchas negras, escalofríos febriles.»

[13] La razón última de esta enemistad encuentra su base teórica en la teoría pitagórica sobre el origen del

hombre, que recoge ARÍSTIDES QUINTILIANO (*De musica* II 17): «el alma en su caída a la tierra se va consolidando al pasar por las esferas, al entrar en contacto con el fuego se solidifican los tendones y las membranas.» De ahí el carácter «amigo» del calor para esas partes del cuerpo. Sobre estas teorías, cf. L. GIL, *Therapeia*, Madrid, 1969, págs. 314 y sig.

14 El cuerpo se divide en dos cavidades que reciben el nombre de «lugar superior» y «lugar inferior», aquí parece referirse al estómago como lo entiende LITTRÉ, *Oeuvres*..., VI, pág. 122, n. 11; en contra de R. JOLY, *Hippocrate*..., VI, 2, págs. 166 y 172, que lo traduce por «vésicule».

14bis Es decir, la cualidad de que les agrade el calor.

15 La frase presenta un paralelo con *Aforismos* V 26: «Agua que se calienta rápidamente y rápidamente se enfría es muy ligera», que puede ayudar a entenderlo; W. HEIDEL («Hippocratea I», *Harvard Studies in Classical Philology* 25 [1914], 144 y sig.) piensa que el lugar está corrupto.

16 En *Aforismos* VI 9 aparece el mismo término: *knēsmṓdea*.

17 Carbonato de sodio.

18 Prefiero seguir la lectura del manuscrito *háles* «sal», frente a la corrección de Foes, que ha sido admitida generalmente (Heiberg, Joly); al mismo tiempo acepto la corrección de Cornarius y Turnebus (cf. LITTRÉ, *Oeuvres*..., vol. VI, pág. 128), que leen *ektḗxei*, un futuro que tiene su apoyo en el cap. I 1. El texto hablaría, así, del uso del vinagre disuelto, para el tratamiento de ciertas enfermedades (las antedichas), frente a su uso concentrado al calor del sol, que se menciona a continuación.

19 En LSJ, s. v., aparece identificada esta enfermedad, quizá un tanto precipitadamente, con la *psoriasis unguium*.

20 Cf. CELSO, V 28, 14; se diferencia de la verruga que recibe el nombre de *akrochordṓn*.

21 Quizá se refiera a que el vino es caliente por naturaleza y no necesita ser calentado más antes de aplicarse a las heridas, o bien al calor propio de las heridas (cf. VI 5 y II 5).

22 *Beta vulgaris*.

23 *Cistus villosus o cistus salvifolius*.

24 *Rubus fruticosus*, según LITTRÉ, *ad loc.;* LSJ, *s.v*., lo identifica con el *Rubus ulmifolius*.

25 *Rhus coriaria*.

26 *Salvia officinalis*.

27 El término *bóthrion* está atestiguado en GALENO, II 754, pero con el significado de «alvéolo de los dientes».

28 Cf. PLUTARCO, *Moralia* 664f; GALENO, XV 773, y XIX 143K. En el *Corpus Hippocraticum, systrophḗ* significa «depósito de tubérculos», cf. *Sobre las articulaciones* 41.

29 *Aforismos* V 20: «El frío es mortificante para las úlceras, endurece la piel alrededor, causa dolor sin supuración, produce manchas negras, escalofríos febriles, convulsiones, tétanos.»

30 *Aforismos* V 21: «A veces, tratándose de tétanos sin úlcera en un joven de buenas carnes, a mediados del verano, el hecho de verterle encima abudante agua fría produce recuperación del calor. El calor protege de eso.»

31 El texto dice *hédrē*, término que designa en *Sobre las heridas en la cabeza* la lesión producida por el instrumento vulnerante (cf. LAÍN ENTRALGO, *La medicina..., pág*. 353); aquí el autor lo usa como sinónimo de *hystérē*, lo mismo que en *Aforismos* V 22, que repite literalmente esta frase.

32 El copista termina con la siguiente nota: «Gloria a ti, Señor nuestro, gloria a ti, porque llegó el fin de Hipócrates, me refiero al tratado *Sobre el uso de los líquidos*.» Creo que el copista gozará de la comprensión del lector.

SOBRE EL ALIMENTO
(*Perì trophês*)

INTRODUCCIÓN

Características y contenido

El tratado *Perì trophês* presenta características específicas que lo sitúan en un lugar aparte dentro del *Corpus Hippocraticum;* estas características saltan a la vista ante una primera lectura del tratado: el estilo deliberadamente oscuro busca la contraposición y la paradoja en su intento, claramente logrado, de sorprender al lector. El autor es consciente de su valía y hace ostentación de su erudición filosófica: Aristóteles y la Estoa están presentes en las teorías médicas y, podríamos decir, metafísicas del escrito pseudo-hipocrático[1]. Sin duda, el filósofo que se adecuaba más al carácter del autor era Heráclito y, por ello, no extraña que aparezcan citas de este filósofo en más de un pasaje[2]. El resultado de esta voluntad de estilo de carácter filosófico es una serie de aforismos, cuyas mutuas relaciones y significado resultan, en muchas ocasiones, más que problemáticos. Este hecho explica por sí solo que se hayan multiplicado las citas y comentarios del tratado ya desde época antigua, hasta épocas más recientes, como en el Renacimiento; eso es lo que ocurre con el comentario transmitido bajo el nombre de Galeno, que es claramente una falsificación renacentista[3].

En estas circunstancias, la comprensión del tratado resulta más compleja aún, porque el principio que le da unidad reside exclusivamente en el significado de la palabra *trophḗ*, un abstracto verbal que designa la acción y el resultado del verbo *tréphō*, que significa, tal como lo define É. Benveniste[4]: «favorecer (mediante cuidados adecuados) el desarrollo de lo que puede crecer»; de ahí que las traducciones, según el complemento que lo determine, sean «alimentar», «nutrir a un niño», «hacer crecer», o «cuajar la leche», «solidificar un líquido». El significado de *trophḗ* es, por lo tanto, mucho más amplio de lo que nosotros entendemos por «nutrición», «alimentación» e, incluso, «crecimiento»; así ha de entenderse en la traducción el término «alimento», «alimentación» o, incluso, «principio alimenticio». Desde esta perspectiva no extraña que el autor de este tratado se haya sentido compelido a incluir en él cosas tan heterogéneas para nosotros como son el desarrollo del feto (42), el tiempo que tardan en soldar las fracturas[5] (43), la transpiración (28) y la respiración (30). Desde el punto de vista de la lengua griega todas éstas son formas de *trophḗ*.

El hecho de que exista una clave de unión del tratado nos permite trazar un esquema general de la obra, aunque sólo sea aproximativo:

I. Comienza el tratado con la definición de *trophḗ*, distinguiendo género y especie, según el grado de humedad, la cantidad y el fin (1), para pasar a definir su función y sus efectos respecto a la *trophḗ* ya asimilada y al organismo (2-7); y concluye esta parte con dos definiciones generales: una sobre el significado de *trophḗ* (8) y la segunda (9) que sirve para afirmar la continuidad de la acción descrita en 2-7.

II. La décima máxima une la introducción con la descripción, o mejor clasificación, de los principios alimenticios de acuerdo con sus efectos beneficiosos o perniciosos. De ahí se pasa a la descripción de los modos de ayudar a la naturaleza (11-16), la enumeración de las secreciones naturales (17), y la farmacia terapéutica concebida como algo relativo y beneficioso o perjudicial, según los casos (18-20).

III. Después de estas descripciones se vuelve a sentar un principio empírico: la alimentación se contrasta en sus efectos reales y se distribuye por el organismo en el todo y en las partes (21-24), según los dos principios fundamentales de la simpatía universal del todo y las partes y la unidad del ser y el no ser.

IV. A continuación, pasa a establecer la validez de esos principios generales en los casos de enfermedad, en sus síntomas y en su evolución, y se cierra esta parte con una máxima, cuyo último sentido parece ser el intento de establecer la dulzura como una cualidad relativa a la *dýnamis*, el gusto y la vista (25-28).

V. Después se hacen unas consideraciones generales sobre la porosidad corporal y el *pneûma*, a las que siguen algunas consideraciones «fisiológicas», distinguiendo dos tipos de *trophḗ:* la del pulmón, y la sólida o líquida, para concluir en una máxima sobre la unidad y diversidad de la *dýnamis* que es el primer principio vital y perceptivo (29-32).

VI. De estos principios genéricos se pasa a establecer lo que podríamos considerar el alimento *de facto (tò tréphon)* atendiendo a la naturaleza *(phýsis)*, el lugar, los hábitos y la triple finalidad de la alimentación (crecimiento, vida y fortaleza), y se concluye con el principio que basa la alimentación en el equilibrio harmónico entre cantidad y potencia *(dýnamis)* (33-35).

VII Una máxima sobre el origen de la leche y la sangre en el resto de la alimentación (36) y su carácter complementario anuncia los párrafos que tratan sobre la formación del feto (42-43). Entre ambos lugares se desarrollan las ideas sobre las virtualidades de la sangre y la leche como alimento (40), se afirma la universalidad de la vida (38), se enuncia el principio de la espontaneidad de la naturaleza (39) y se dan las prescripciones sobre la cualidad de los alimentos que deben administrarse según la edad (41). Y, al fin, se pasa de la formación del feto al

tiempo de curación *(trophḗ)* de las fracturas (43a).

VIII. La parte final del tratado incluye una serie de anotaciones a problemas que ya han sido tratados (y algunos añadidos marginales), que podemos enumerar así:
1. Cualidades relativas de los tipos de sangre (44-45).
2. Relación entre potencia y volumen (46-47).
3. Pulsaciones y respiración dependen del estado general (48).
4. Cualidades de los distintos tipos de alimento (sólido y líquido) (49-51).
5. Origen y función del pus y lo purulento (en relación con la carne y la sangre) (52).
6. Función de la médula ósea.

IX. Dos máximas cierran el tratado:
1. El principio de toda *trophḗ* es la *dýnamis*.
2. La *trophḗ* se lleva a cabo gracias a la humedad *(hygrasíē)*.

El esquema del tratado es claro, según se puede apreciar. Sin embargo, es otro problema muy distinto seguir el pensamiento del autor y justificar en cada caso, frase por frase, la presencia de un principio general, por no hablar de sus relaciones con el contexto. En ocasiones, estamos tentados de ver un título en una de las máximas, como ocurre en 44: «Sangre húmeda y sangre sólida» (cf. Deichgräber, *Pseudhippokrates...*, págs. 61 y sig.). La frase final tiene todas las características de un epílogo: tres palabras (nueve sílabas) que forman una oración nominal y distribuidas en su volumen silábico de acuerdo con la ley de los miembros crecientes (4 + 2 + 3), y según un ritmo (hiponacteo = cho. + pent, ia.) adecuado para un final de frase y tratado. En otras ocasiones es difícil entender la inserción en el contexto de una frase (cf. *ex. gr*. 39, *phýsies pántōn adídactoi*). Pero, en general, se puede decir que el tratado sigue un plan preciso, propio de los tratados filosóficos, al comenzar con las definiciones y la división en género y especie y al desarrollar a continuación los distintos puntos enumerados al principio.

La visión que presenta este tratado sobre la «fisiología» de la nutrición podríamos resumirla así: hay dos fuentes de nutrición contrapuestas, los alimentos y el aire *(pneûma)*, que poseen «principios» separados, las vías respiratorias y el tracto digestivo; el alimento, disuelto en humedad, se reparte por todo el cuerpo y llega hasta los principios vitales: el calor vital, el *pneûma* y la humedad[6]. Y de ellos vuelve y es expulsada después de producirse una asimilación y una disimilación en una especie de lucha del alimento preexistente con el alimento recién ingerido. El alimento sobrante se convierte en sangre o en leche, que son funcionalmente complementarias

(indudablemente, el autor está pensando en la nutrición del feto y el cambio que se produce al nacer). Parece que alimentación y respiración se consideran procesos paralelos en todos los puntos, quizá incluso en el hecho de que el vehículo del *pneûma* sea también la «humedad», lo mismo que en el caso de la alimentación propiamente dicha. El principio básico de todo este proceso es la *dýnamis* en el sentido postaristotélico del término, tal y como señala Hans Diller[7].

Aunque este resumen de las líneas generales del tratado introduce, posiblemente, unas distinciones demasiado nítidas (sobre todo cuando nos encontramos con una serie de máximas de interpretación a veces muy dudosa), creemos que es ajustado a la realidad, y que puede proporcionarle al lector algún punto de apoyo para una mejor comprensión del texto.

Fecha

La distinción entre género y especie y el significado de *dýnamis* han obligado, desde Jones, a retrasar la fecha del escrito; para este editor del texto se puede datar *ca*. 400 a. C., y Bourgey[8] lo sitúa en época de Aristóteles. Pero Hans Diller, con muy buen sentido, hizo notar la mención de las categorías peripatéticas y las doctrinas estoicas de la simpatía y la *sýmpnoia*, que obligan a fechar el tratado en época muy tardía. El *terminus ante quem* lo marca el glosador de Hipócrates de tiempos de Nerón, Erotiano,[9] este autor lo tenía por obra auténtica de Hipócrates (cf. H. Diller, «Eine stoisch-pneumatische Schrift...», pág. 27)[10], lo mismo que Galeno, por otra parte.

Sin embargo, la fecha que propone Diller (s. I d. C.), basada fundamentalmente en la presencia de las teorías pneumáticas en el tratado, ha sido muy discutida; en primer lugar por M. Pohlenz[11], quien resaltó la imposibilidad de adscribir el tratado a la escuela pneumática fundada por Ateneo (fechada, entonces, en el siglo II d. C.), ya que era conocido como hipocrático por Erotiano (s. I d. C.). A raíz de esta discusión, F. Kudlien[12] fechó a Ateneo en el siglo I d. C., con lo cual la hipótesis de Diller podía mantenerse. No obstante, parece forzado que un tratado se haya incluido entre las obras de Hipócrates justo en la época en que fue escrito y, además, las teorías pneumáticas distan bastante de aparecer claramente expresadas en él[13], así que es más prudente fecharlo en época helenística, según propone K. Abel[14] (s. I a. C.) y dejar de lado cualquier influjo de Ateneo o de Posidonio, como últimamente ha propuesto R. Joly[15], quien es partidario de adelantar la fecha al siglo II a. C., o incluso al siglo III a. C.

En cualquier caso el tratado, debido quizá a su estilo oscuro, la novedad de la

doctrina médica que expone y la unión sistemática de medicina y filosofía que hace su autor, se convirtió en un clásico citado y comentado por los más importantes médicos de la Antigüedad tardía. Así, Areteo de Capadocia (s. II d. C.), gracias a sus frecuentes citas literales, puede servir para controlar la tradición del texto, según nota Karl Deichgräber[16]. Galeno lo cita también con gran frecuencia[17], e incluso llegó a escribir un amplio comentario, que se ha perdido. Quizá esta circunstancia impulsó a algún médico humanista del siglo XVI[18] a escribir él mismo el comentario perdido y ponerlo bajo el nombre de Galeno. Su intento fue tan bien recibido, que sus «lecturas» del tratado han perdurado tanto en la edición de E. Littré, como en la de W. H. S. Jones de 1923 y la de R. Joly en 1972. Actualmente la edición base de este tratado sigue siendo la de Heiberg de 1927 basada en los manuscritos A, M y en los escolios M^3. Nuestra traducción sigue el texto y comentario de Karl Deichgräber, basado en estas últimas ediciones, pero hemos consultado también las traducciones de Littré, Jones y Joly.

Ediciones y manuscritos

El tratado se conserva en 22 manuscritos griegos repartidos por las bibliotecas europeas, casi todos ellos de los siglos XVI al XVI; los más antiguos son el *Parisinus* 2253 (s. XI) (A), colacionado por Ilberg[19] y el *Marcianus* 269 (s. XI) (M), que son la base de la edición de Heiberg, y el *Parisinus* 2140 (ss. XII-XIII). H. Diels[20] no registra ningún manuscrito de este tratado que se conserve en alguna biblioteca española.

Las ediciones fundamentales son las siguientes:

E. LITTRÈ, *Oeuvres complètes d'Hippocrate*, París, 1861, Amsterdam, reimpr. Hakkert, 1962, vol. IX, págs. 94-121.

F. Z. ERMERINS, *Hippocratis Reliquiae*, Trajecti ad Rhenum, 1864. I. L. HEIBERG, *Hippocratis Opera (CMG* I 1), Leipzig-Berlín, 1927.

W. H. S. JONES, *Hippocrates*, Londres, Heinemann, 1972[6], vol. I, págs. 342-361.

R. JOLY, *Hippocrate: Oeuvres*, vol. VI 2, *Du Régime des maladies aigües. Appendice. De l'aliment. De l'usage des liquides*, París, Belles Lettres, 1972.

K. DEICHGRÄBER, *Pseudhippokrates Über die Nahrung. Text, Kommentar und Würdigung einer stoisch-heraklitisierenden Schrift aus der Zeit um Christi Geburt*, Wiesbaden, Steiner, 1973.

Bibliografía

Únicamente a título de orientación damos los siguientes estudios y ediciones antiguas, que consideramos de interés para el lector.

FRANCISCO DE VALLES, *in Aphorismos Hippocratis simul et in librum ejusdem de alimento, Commentaria*, Compluti, ex officina Andreae ab Angulo, 1561; hay otra edición en Colonia, Ciottus, 1589.

GIOVANNI BATTISTA RASARIO, *Claudii Galeni Commentaria in secundum et sextum Hippocratis librum de vulgaris morbis; in libros de humoribus, de alimento, etc., latine expressa per...*, Caesar Augusta, apud Antonium Furnium, 1567.

J. B. VAN HELMONT, *Commentaire de... sur un livre d'Hippocrate intitulé «perì trophês» publié par la première fois par le docteur C. Broeckx*, Anveres, 1851[21].

GIOVANNI BATTISTA RASARIO, *Hippocratis liber de alimento graece*, Parisiis, Pierer, 1569.

ESTEVAN RODRÍGUEZ DE CASTRO, *Commentarium in Hippocratis Coi, libellum de alimento*, Florerttiae, Sermartelliana, 1635-1639.

Traducciones

R. KAPFERER, G. STICKER, *Die Werke des Hippokrates*, Stuttgart, H. Verlag, vol. I, 1934, págs. 43-55.

J. N. MATTOCK, *Hippocrates. On Humours. On nutriment*, Cambridge, Heffer, 1971[22].

No conozco versión alguna al castellano[23], ya que la obra de Andrés Piquer, *Las obras de Hipócrates más selectas, con el texto griego y latino puesto en castellano e ilustrado con las observaciones prácticas de los antiguos y modernos, para la juventud española que se dedica a la medicina*, vols. I-III, 1757-1770, no lo incluye, como tampoco lo hace la traducción basada en la edición de E. Littré, de la que sólo se publicaron cuatro tomos, debida a Tomás Santero y Moreno y Ramón Esteban Fernando, *Colección completa de las obras del grande Hipócrates*, Madrid, 1842-1844.

IGNACIO RODRÍGUEZ ALFAGEME

[1] Es aristotélica la distinción entre género *(génos)* y especie *(eîdos);* en cambio, son estoicas la categoría de la relación *(prós ti)*, la idea de simpatía universal y la teoría pneumática; cf. H. DILLER, «Eine stoischpneumatische Schrift im *Corpus Hippocraticum», Archiv für Geschichte der Medizin* 29 (1936), 178-195 (= *Kleine Schriften zur antiken Medizin*, Berlín-Nueva York, de Gruyter, 1973, págs. 17-30); L. BOURGEY, *Observationx et expèrience chez les médecins de la Collection Hippocratique*, París, Vrin, 1953, págs. 77 y 39.

[2] Cf. *ex gr*. 45 = HERÁCLITO, *fr*. 60. El influjo de Heráclito aparece también en el libro I de *Sobre la dieta*, véase R. JOLY, *Recherches sur le traité pseudo-hippocratique Du Régime*, Lieja-París, 1961, páginas 89 y sig.

[3] Cf. GOSSEN, en *Realencyclopädie*, VIII, 1817 sig.; W. A. HEIDEL, «Hippocratea», *Harvard Studies in Classical Philology* 25 (1914), 190; H. DIELS, «Bericht über das *CMG», Sitzungsberichte Berliner Akad. Wiss.* (1914), 128 s. En realidad, como nota R. Joly en su edición del tratado, carecemos de una demostración pormenorizada de su falsedad, cf. K. SCHUBRING, *Bemerkungen zur der Galensausgabe von Karl G. Kühn und ihren Nachdruck*. Hildesheim, 1965, pág. CLVIII.

[4] Cf. «Problèmes sémantiques de la reconstruction», *Word* 10 (1954) [= *Problèmes de linguistique générale*, París, Gallimard, 1966, págs. 292 y sig.].

[5] Tanto en la curación de las fracturas como en la idea de que la curación se produce a partir de la médula ósea el autor sigue a Hipócrates, sobre todo los tratados *Sobre las articulaciones* y *Sobre las fracturas;* véase P. LAÍN ENTRALGO, *La medicina hipocrática*, Madrid, Alianza, 1982^2, pág. 289, y K. DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates Über die Nahrung*, Wiesbaden, Steiner, 1973, pág. 61.

[6] Este principio parece aplicarlo el autor exclusivamente al alimento propiamente dicho, pero tampoco está ello muy claro.

[7] «Eine stoisch-pneumatische..., pág. 19. Cf. A. KEUS, *Über philosophische Begriffe und Theorien in den hippokratische Schriften*, tesis doct., Bonn-Colonia, 1914; y, sobre todo, GERT PLAMBOCK, *Dýnamis im Corpus Hippocraticum*, Wiesbaden, Steiner, 1963. La palabra designa el principio activo, el efecto o la propiedad principal de las cosas.

[8] BOURGEY, *Observation*..., pág. 39, lo incluye entre los tratados más recientes del *Corpus Hippocraticum*.

[9] Cf. HANS GARFNER, *s.v*. «Erotianos», en *Kleine Pauly*, vol. II, páginas 363 y sig.

[10] Hay una tradición que lo atribuye a Tésalo o a un médico de la escuela de Herófilo, cf. DILLER «Eine stoisch-pneumatische...», pág. 17, n. 2; el propio DILLER, por su parte (*ibid*., pág. 22), lo atribuye a uno de los iniciadores de la escuela pneumática, aunque la cronología del tratado, incluido entre las obras de Hipócrates ya por Erotiano, obliga a no aceptar esta hipótesis. También ha sido atribuido a Herófilo, a Filistión y a Ferécides (cf. AULO GELIO, *Noches áticas* III 16).

[11] «Hippokratesstudien», *Nachrichten von der Gesellschaft der Wissenschaften zu Göttingen* (1937), 99.

[12] Cf. «Poseidonios und die Arztesschule der Pneumatiker», *Hermes* 90 (1962), 420 ss.; ID., «Pneumatische Arzte», en *Realencyclopädie*, Suppl. XI, 1968, 1101, y *s.v*. «Pneumatische Schule», en *Kleine Pauly*, IV, 959.

[13] Así lo subraya R. JOLY, *Hippocrate, Oeuvres*, vol. VI, 2, París, Belles Lettres, págs. 136 y sigs.

[14] «Die Lehre von Blutkreislauf im *Corpus Hippocraticum», Hermes* 86 (1958), pág. 203. Véase M. P. DUMINIL, «La description des vaisseaux dans les chapitres 11-19 du traité de la *Nature des os»*, en M. D. GRMEK, *Hippocratica*, París, CNRS, 1980, págs. 135-148.

[15] Propone fecharlo en los siglos III y II a. C.; cf. «Remarques sur le *De alimento* Pseudo-hippocratique», en *Le Monde Grec, pensée litterature histoire, documents. Hommages à Claire Préaux*, Bruselas, Universidad de

Bruselas, 1975, págs. 271-276. También F. KUDLIEN se muestra más cauto a la hora de ver en el tratado un influjo pneumático, cf. «Die Pneuma-Bewegung. Ein Beitrag zur Theme ‘Medezin und Stoa’», *Gesnerus* 31 (1974), 93.

16 *Pseudhippokrates*..., pág. 12.

17 Cf. JOHAN MEWALDT, «Galenos über echte und unechte Hippocratica», *Hermes* 44 (1909), 126.

18 DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates*..., pág. 13, n., supone que el autor de la falsificación fue Giovanni Battista Rasario.

19 Véase la descripción en JOANNES ILBERG-HUGO KUEHLEWEIN, *Hippocratis Opera quae feruntur omnia*, vol. I, Leipzig, Teubner, 1894, página VIII.

20 *Die Handschriften der antiken Arzte*, Berlín, Kön. Ak. Wies., 1905-1906, vol. I, pág. 33. Recoge en total cuatro traducciones latinas: *Parisinus lat*. 6865, s. XIV; *Parisinus lat*. 7079, s. XVI; *Angelicus* 1338, s. XIV; *Vaticanus lat*. 265, s. XII. Vid.: PEARL KIBRE, *Hippocrates latinus: repertorium of hippocratic writings in the latin middle Ages*, Nueva York, Fordham, 1975-6.

21 Lo recoge E. Littré en su edición, pero no aparece en la obra de G. MALONEY-R. SAVOIE, *Cinq cents ans de Bibliographie hippocratique 1473-1982*, Quebec, du Sphinx, 1982.

22 Es traducción de la versión árabe del tratado, que, desgraciadamente, no añade nada a la tradición del texto griego.

23 Tampoco citan ninguna traducción de *Sobre el alimento*, ni LUIS SÁNCHEZ GRANJEL, «Traducciones castellanas de Hipócrates», en *Homenaje a Antonio Tovar*, Madrid, Gredos, 1972, págs. 169-176; ni TERESA SANTANDER, *Hipócrates en España. Siglo XVI*, Madrid, Dirección General de Archivos y Bibliotecas, 1971, ni LUIS GARCÍA BALLESTER, «Studien über die Schriften des Hippokrates im modernen und zeitgenössichen Spanien», en M. D. GRMEK, *Hippocratica*, págs. 149-166; ID., «La contribución española a la historia de la medicina antigua. Siglos XIX y XX», *Cuadernos de Historia de la Medicina Española* 14 (1975), 55-86.

SOBRE EL ALIMENTO

Alimentación y especie de alimentación son una y [**1**] múltiple: una, en cuanto que es un solo género, y especie en cuanto a humedad y sequedad; y en ellas hay formas[1] en cuanto a cantidad y en relación a la cualidad y cantidad del objeto. ⟨La alimentación⟩ hace crecer, [**2**] fortalece, encarnece, asimila y desasimila[2] cada parte según la naturaleza de cada parte y su facultad original. Asimila en lo posible, cuando vence a la alimentación [**3**] ingerida y cuando es vencida la preexistente[3]. Y también pierde[4], a veces, la alimentación que [**4**] se ha disuelto o administrado primero en el tiempo; a veces, la que se ha disuelto o administrado en último [**5**] lugar. Pero con el tiempo debilita a una y a otra la alimentación que tras cierto tiempo es reemplazada continuamente desde fuera, y la que durante mucho tiempo se ha entrelazado firmemente con todos los miembros. [**6**] Y hace brotar su misma forma y marchita la anterior[5], [**7**] a veces también las anteriores. La facultad del alimento llega al hueso y a todas sus partes, al tendón, la vena, arteria[6], músculo, membrana, carne, grasa, sangre, flema, médula, cerebro, médula espinal, los intestinos y todas sus partes y, especialmente, al calor ⟨innato⟩, la humedad y el *pneûma*[7].

Alimentación es lo que alimenta, tanto lo que es [**8**] capaz ⟨de alimentar⟩, como lo que está a punto de alimentar[8]. El principio de todo es uno y el fin de todo [**9**] es uno, y es lo mismo el fin y el principio[9]. Y cuantas [**10**] particularidades hay en la alimentación se aprovechan bien o mal; bien cuantas queda antedicho[10], y mal cuantas tengan la posición contraria a éstas.

Los jugos ⟨de los alimentos⟩ son variados en color [**11**] y facultades, con respecto al perjuicio y beneficio, y en no dañar ni en ser beneficiosos, y mediante cantidad, exceso, defecto, y en combinación con unos sí y con otros no, y en todos daña o beneficia ⟨el jugo⟩ respecto al [**12**] calor, respecto al frío daña o beneficia, y respecto a la potencia daña o beneficia, y las manifestaciones de la [**13**] naturaleza de la potencia son variadas[11]. Los jugos, [**14**] que corrompen todo o parte, interna o externamente, son espontáneos y no espontáneos; para nosotros son espontáneos, pero no para la causa; la causa, en parte, es clara, en parte, oscura y, en parte, es posible, en [**15**] parte, imposible[12]. La naturaleza es suficiente en todo [**16**] para todo[13]. A ésta[14] le ayudan externamente emplastos, unciones, bálsamos, exposición total o parcial, cobertura total o parcial, caldeamiento o enfriamiento, de la misma forma, astricción, ulceración, punción, grasa; internamente alguna de las cosas enumeradas, y en éstas la causa es oscura en

todo o en parte, en alguno sí y en otro no.

[**17**] Secreciones naturales: del vientre, de orina, de sudor, de esputo, de moco, de matriz; en forma de hemorroides, verruga, lepra, tumor, carcinoma; procedentes de la nariz, el pulmón, el vientre, recto y pene, conformes y contrarias a la naturaleza[15]. Las diferencias de éstas en cada caso atienden a una razón distinta de acuerdo con la ocasión y el modo: todas éstas son una naturaleza única y diversa, todas éstas son naturalezas diversas y una sola.

La purga puede ser superior o inferior, o ni superior [**18**] ni inferior[16]: en el alimento la purga puede ser [**19**] lo mejor y en el alimento la purga lo peor, lo peor y lo mejor en relación a algo[17].

Úlcera, escara, sangre, pus, serosidad[18], lepra, escoriación, [**20**] caspa, liquen, lepra blanca, pecas, a veces, benefician y, a veces, perjudican, y, a veces, ni lo uno ni lo otro.

El alimento no es alimento, si no tiene facultad de [**21**] alimentar; la falta de alimentación es alimento, si fuere capaz de nutrirse[19]: alimento de nombre y no en su efecto, alimento en su efecto y no de nombre. El alimento [**22**] llega desde dentro al pelo, las uñas y la última superficie, desde fuera, desde la última superficie a lo más interno[20]. La confluencia es única, la conspiración [**23**] *(sýmpnoia)*[21] es única, todo en simpatía. Todo es según el conjunto, y según la parte son las partes de cada parte [**24**] en lo relativo a su función. El primer principio llega a la última parte; desde la última parte al primer principio llega el alimento[22]: es una sola naturaleza ser y no ser.

[**25**] En sus diferentes manifestaciones, las enfermedades residen en el alimento, en el *pneûma*, en el calor vital, en la sangre, en la flema, en la bilis, en los humores[23], en la carne, en la grasa, en la vena, en la arteria, en el tendón, músculo, membrana, hueso, encéfalo, médula espinal, boca, lengua, estómago, vientre, vísceras, diafragma, peritoneo, hígado, bazo, riñones, vejiga, matriz, piel. Todas éstas pueden verse afectadas en todo o en parte. Su grado puede ser grave o no grave.

[**26**] Indicios: estertor, dolor, ruptura de conciencia, sudor, sedimento de orina, tranquilidad, agitación, fijación de la vista[24], alucinaciones, ictericia, hipo, convulsio-nes, sangre, sueño continuo, y a partir de éstos y los demás indicios naturales y cuantos otros semejantes llevan a beneficio o daño. Dolores del todo o la parte son signos de gravedad, de la una puede ir a más, del otro a menos, y a partir de ambos puede ir a más, lo mismo que a menos.

Lo dulce no es dulce, dulce en potencia como el [**27**] agua, dulce para el gusto como la miel[25]; señales de una y otra cosa son las heridas, los ojos y el gusto, y en ellos se

distinguen grados[26]; lo dulce para la vista está en los colores y en otras mezclas, dulce en mayor o menor grado.

Porosidad del cuerpo a la transpiración: para quienes [**28**] pierden más, es sano; densidad del cuerpo para la transpiración: para quienes pierden menos, es enfermizo. Los que transpiran bien son más débiles, más sanos, se recuperan mejor; los que transpiran mal, antes de enfermar son más fuertes, pero una vez que han enfermado se recuperan con mayor dificultad. Esto se refiere al todo y a la parte[27].

[**29**] El pulmón requiere un alimento contrario al cuerpo, [**30**] y todo lo demás el mismo[28]. Base de la alimentación del *pneûma:* fosas nasales, boca, bronquios, pulmón, y el resto de la capacidad de transpiración. Base[29] de la alimentación húmeda y seca: la boca, estómago, intestino. Y la primera alimentación a través del epigastrio, donde está el ombligo.

[**31**] La raigambre de las venas es el hígado, la de las arterias el corazón[30]; de ellos se extienden a todas partes la sangre y el *pneûma*, y el calor circula por ellas.

[**32**] La potencia es una y diversa, por la que todo esto[31] y lo demás es administrado; la una para la vida de todo y parte, la otra para la percepción de todo y parte[32].

La leche es alimento para quienes tienen por naturaleza [**33**] la leche como alimento, y para otros no; hay algunos a quienes el vino les alimenta y a quienes no, también son alimento los diferentes tipos de carne y otras muchas formas de alimentación, según el lugar y la costumbre. La alimentación tiene por fin, a veces, el erecimiento [**34**] y sustento, a veces sólo el sustento, como los ancianos, otras veces, además de esto, también la fortaleza. La disposición atlética no es por naturaleza[33]. La constitución sana es superior en todas circunstancias[34]. Es importante armonizar con éxito la cantidad [**35**] a la potencia[35].

Leche y sangre son el sobrante de la alimentación [36]. [**36**] Los ciclos periódicos ⟨de la sangre⟩ son por lo [**37**] general concordes, para el embrión y para la alimentación de éste y, de nuevo, vuelve arriba para la leche y para la alimentación del niño. Vive lo que no está [**38**] vivo, viven los seres vivientes, viven las partes de los seres vivientes[37]. Las naturalezas no reciben enseñanza [**39**] de nada[38].

[**40**] La sangre ajena es beneficiosa, la sangre propia perjudicial, la sangre ajena es perjudicial, la propia beneficiosa; los humores ajenos son beneficiosos, los humores propios perjudiciales, los humores ajenos son perjudiciales, los propios beneficiosos[39]. Lo concorde es discordante, lo discordante, concorde. La leche ajena puede ser

adecuada, la leche propia inadecuada, la leche ajena puede ser dañina, la propia beneficiosa.

[**41**] El alimento para los jóvenes poco pasado, para los ancianos completamente hecho, para los adultos sin hacer[40].

[**42**] Para la formación (del embrión) 35 días, para el movimiento 70, para estar completo 210. Otros: para la forma 45, para el movimiento 90, para el alumbramiento 270. Otros: 50 para formación, para el primer salto 100, para la perfección 300. Para la formación de miembros 40, para el movimiento 80, para la expulsión 240.

[**43**] No es y es[41]. En esto se da más y menos, respecto a todo o parte, pero lo más no es mucho más, ni lo menos es mucho menos. También ocurre esto con cuantas cosas son semejantes a éstas.

Alimentación de los huesos desde rotura: la nariz [**43a**] dos veces cinco, mandíbula, clavícula y costillas el doble, para el antebrazo el triple, para la pierna y el brazo el cuádruple, para el muslo el quíntuplo, y si acaso en estas cantidades puede ser algo más o menos[42].

Sangre líquida y sangre sólida[43]: la sangre líquida [**44**] puede ser beneficiosa, la sangre líquida puede ser perjudicial; la sangre sólida puede ser beneficiosa y la sangre sólida puede ser perjudicial; todo es beneficioso o perjudicial con relación a algo. La vía ascendente-descendente [**45**] es una sola.

La potencia del alimento es superior a su volumen, [**46**] el volumen del alimento es superior a su potencia, tanto en líquidos como en sólidos. Quita y añade: es lo [**47**] mismo; quita una cosa y lo añade a otra: es lo mismo.

Las pulsaciones de las venas[44] y la respiración del [**48**] pulmón según la edad son acordes y discordantes, signo de enfermedad y de salud, y de salud más que de enfermedad o de enfermedad más que salud; pues también es alimentación el *pneûma*[45].

[**49**] La alimentación líquida es más fácil de transformar que la sólida; la alimentación sólida es más fácil de transformar que la líquida[46]; el alimento de difícil alteración es de difícil digestión, el alimento fácilmente asimilable [**50**] es de fácil digestión, y cuantos precisan de restablecimiento rápido, el alimento líquido es mejor para la recuperación de su fuerza[47]; cuantos precisan de una aún más rápida, por el olfato. Y cuantos precisan de una asimilación más lenta, alimentación sólida. Los [**51**] músculos son más sólidos, menos solubles[48] que las demás partes, excepto los huesos y los tendones, son de difícil transformación las partes que han hecho ejercicio, al ser más resistentes de lo que deberían ser por su propio género. Por eso, son menos solubles de lo que serían por sí.

[**52**] El pus procede de la carne; lo purulento es lo que procede de la sangre y de los demás líquidos. El pus es alimento de la lesión, lo purulento es alimento de vena y tráquea[49].

[**53**] La médula es alimento del hueso, por ésta se endurece[50].

La potencia hace crecer todo, alimenta y germina[51]. [**54**]

La humedad es el vehículo de la alimentación[52]. [**55**]

[1] La distinción entre género *(génos)* y especie *(eîdos)* es aristotélica, aunque tiene antecedentes en PLATÓN (cf. *Parménid*. 129c, 134d). Dentro de cada género y cada especie el autor parece distinguir tipos *(idéai)*, que dependen de la cantidad y el fin al que se aplica la alimentación. No obstante, el texto dista mucho de estar claro según indica W. H. S. JONES, *Hippocrates*, Londres, Heinemann, pág. 342.

[2] Los dos últimos verbos explican el modo como actúa la nutrición.

[3] Se concibe el proceso de la nutrición como una lucha entre el alimento que ya está en el cuerpo y el recién ingerido (cf. GALENO, XVII B 488 KÜHN).

[4] El término *exítēlos* se emplea para designar los fármacos que han perdido su actividad; cf. DIOSCÓRIDES, *Mat. med.* V 6, 15 WELLMANN. En el proceso de la nutrición se distinguen dos momentos sucesivos: *prósthesis* y *prósphysis;* cf. K. DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates über die Nahrung*, Wiesbaden, 1973, pág. 21, y GALENO, *De nat. fac.* 1, 11.

[5] El término usado para indicar la pérdida de las cualidades naturales de las plantas (fármacos) aparece por primera vez en TEOFRASTRO (*De causis plantarum* II 16, 4). Indudablemente, aquí se usa como antónino de *exeblástēsen* y en contraposición con él. El texto ha inspirado a ARETEO (168, 4) y está inspirado en PLATÓN (*Tim*. 36e), como nota K. Deichgraeber; en cambio, no se ve clara la relación que este autor propone con PLUTARCO (*Quaest. conviv*. VIII 735b), donde se habla de los sueños y la difuminación que produce en ellos el otoño; sólo hay aquí una coincidencia de vocabulario, quizá sorprendente, pero el uso técnico de las palabras es diferente.

[6] Es cuestionable si se refiere a la arteria o a la tráquea, pero, probablemente, es preferible el segundo significado, tanto aquí, como al final del tratado (§ 52).

[7] Se distinguen catorce componentes del organismo nombrados en sigular, de tal forma que se podría traducir como «tejido óseo» o «tejido adiposo». Estos catorce componentes se enmarcan en una unidad retórica señalada por la fórmula que indica la existencia de partes: «hueso y todas su partes», «vísceras y todas sus partes». El orden en que aparecen estos componentes podemos representarlos así: 1) partes «duras» (hueso y tendón, vena y arteria); 2) partes blandas (músculo y membrana, carne y grasa); 3) partes líquidas (sangre, flema, médula ósea); 4) vísceras (cerebro, médula espinal, otras vísceras); 5) principios vitales (calor innato, humedad, *pneûma*). Es decir, cinco grupos, con la particularidad de que los grupos con elementos pares están unidos por parejas (hueso/tendón, vena/arteria, carne/grasa, músculo/membrana). A estos componentes se añaden otros tres que poseen un carácter especial: calor innato, humedad y *pneûma*. No está muy claro cuál es la función que les asigna el autor del tratado, pero, por su posición especial y según se colige del resto de la obra, parece que son los principios vitales del organismo. La mención del cerebro junto a la médula espinal parece indicar que el autor conocía los descubrimientos de Herófilo (cf. DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates*..., pág. 23).

[8] Cf. GALENO, II 26 KÜHN, I 682 KÜHN. El texto es de difícil comprensión; normalmente, siguiendo a GALENO (*De nat. fac.* I 11, cf. DEICHGRAEBER, *op. cit.*, pág. 25), se interpreta como la descripción de las tres fases por las que pasa el alimento para asimilarse: lo que está alimentando, lo que es igual que el alimento, pero aún no alimenta, y lo que está en el estómago o las venas. Pero quizá sea mejor pensar que la primera oración es un título que viene explicado por las dos siguientes unidas mediante *kaí*, que sería una especie de *kaí* correlativo (cf. J. D. DENNISTON, *The Greek Particles*, Oxford, Clarendon, 1970[2], págs. 306 y 323 y sig.); en ese caso se podría interpretar la oración como una distinción del significado de *trophḗ* basada en la oposición entre potencia y acto.

[9] Los escolios, aduciendo *De nat. hom.* 4, explican esta máxima como una alusión a los cuatro elementos, pero parece preferible entenderla como un anuncio de la *sýrroia*, que se menciona más abajo (23; cf. DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates*..., pág. 26).

[10] Se refiere a lo dicho en 8, *i. e.* «lo que alimenta».

[11] DEICHGRAEBER (*op. cit*., pág. 27; cf. 28 y 29), en la traducción, incluye aquí esta oración, mediante una coma, pero en el texto griego la separa con un punto de este contexto, sin duda, por seguir la edición de Heiberg. Sin embargo, Deichgraeber ha visto muy bien que esta máxima cierra la oración al recoger las dos primeras palabras (*chyloì poikíloi*).

[12] El texto (*chyloí*) está asegurado por ARETEO (VIII 20; cf. DEICHGRAEBER, *op. cit*., pág. 29).

[13] Cf. GALENO, V 791, 853 KÜHN. La oración ha de entenderse como una explicación de los partitivos de la anterior (cf. DEICHGRAEBER, *op. cit*., pág. 30).

[14] El problema fundamental de esta máxima reside en el referente del pronombre: puede ser la causa *(aitía)*, que se menciona en 14, o bien la naturaleza *(phýsis)*. Parece preferible la segunda solución, aunque en ambos casos es posible encontrar sentido («ayuda *contra* la causa de la enfermedad», o bien, «ayuda a la naturaleza»); DEICHGRAEBER, *ibid*., págs. 31 y sig. y GALENO, *De diebus decretoriis* I, IX 823, 3 KÜHN).

[15] Las secreciones se agrupan, sucesivamente, de acuerdo con la substancia, la forma y el orificio del cuerpo por el que se expulsan. Y se afirma que esas secreciones pueden ser depósitos *(apostḗmata)* de enfermedades (cf. DEICHGRAEBER, *op. cit*., pág. 33).

[16] La purificación de la enfermedad se logra mediante eméticos o purgantes o por otros medios (fumigaciones, etc.). El autor ha pasado a hablar de los medios «artificiales» que ayudan a la naturaleza.

[17] Cf. GALENO, XIII 446 KÜHN. El alimento es, así, el mejor medicamento. Esta interpretación es preferible a la que ve en esta sentencia una alusión a alimentos que actúan como medicamentos, es decir: calientan, enfrían, etc., pero no alimentan (cf. DEICHGRAEBER, *op. cit*., página 34).

[18] Los cinco primeros términos, son accidentes de la herida o úlcera *(hélkos)*, los demás son enfermedades independientes; *hélkos* se refiere a todas ellas. El escoliasta interpreta el pasaje diciendo que la «úlcera» puede ser causa de enfermedad, provocar la «purga» de la enfermedad, o ser inoperante (cf. DEICHGRAEBER, *ibid*., pág. 36).

[19] DEICHGRAEBER (*ibid., pág* 37) ve aquí una alusión al alimento preexistente, que se ha mencionado más arriba. Sobre el significado de *érgon/ónoma*, aduce, con razón, el paralelo de HERÁCLITO, B 48 DK.

[20] Recoge el § 7, precisando que la alimentación sigue un ciclo de flujo y reflujo. Es posible que el autor esté pensando en la respiración (cf. DEICHGRAEBER, *ibid*., pág. 38), pero indudablemente también se refiere al alimento en general.

[21] Sobre la simpatía de las partes del cuerpo, cf. *Epidemias* VI 3, 23. El autor está empleando una fórmula estoica (cf. GALENO, VII 615-617 KÜHN); la máxima es citada por PLOTINO (4, 37). Se trata de la doctrina estoica que compara el universo con un animal en el que todo está relacionado y los miembros están subordinados en su función al organismo en su conjunto.

[22] La oración parece un eco del lo que aparece en 22, pero no es fácil determinar qué sea «el primer principio»; puede tratarse del *pneûma* (como interpretan aquellos que piensan que la teoría pneumática está presente en el tratado), o bien de la alimentación primaria, o del corazón, o bien del principio vital por excelencia, tò *hēgēmonikón* de la doctrina estoica. GALENO recoge esta misma oración en *De nat. fac*. III 13 (II 194 KÜHN). Es posible que el autor ponga como punto de comparación la organización de un estado imperial *(megálē archḕ)* para explicar el funcionamiento del organismo.

[23] DEICHGRAEBER (*Pseudhippokrates*..., pág. 41) considera la mención de los humores redundante, por aparecer justo detrás de la flema y la bilis y, en consecuencia, propone eliminarlos del texto como una inclusión procedente de un escolio. Nótese la división en tres grupos bien delimitados: 1) alimentación y sus formas (hasta «bilis»), 2) substancias, homeomerías (de carne a hueso) y 3) órganos.

[24] Cf. *Sobre la dieta en las enfermedades agudas (Apéndice)* capítulo 6. Esta máxima recoge la serie de

síntomas e indicios de los que el médico puede extraer un pronóstico; entre ellos la coloración amarilla (ictericia), la llamada «ruptura de conciencia», que, quizá, designe al delirio. Los movimientos incontrolados de ojos son un síntoma bien conocido de la medicina, hasta el punto de que pasó al acerbo cultural popular (cf. I. RODRÍGUEZ ALFAGEME, *La medicina en la comedia ática*, Madrid, Univ. Complutense, 1981, págs. 69 sig.).

25 El autor recoge aquí una observación del tratado *Sobre la dieta* II 39 («no tienen la misma cualidad unas que otras todas las cosas dulces, ni las grasientas ni ninguna de las demás por el estilo»), o quizá de DIOCLES DE CARISTO (*CMG* V 4, 2, 202-3); cf. W. D. SMITH, «The Development of Classical Dietetic Theory», en M. D. GRMEK, *Hippocratica*, París, CNRS, 1980, págs. 439-448). El descubrimiento de la subjetividad de los sabores se remonta a DEMÓCRITO (B 9 y 125 DK, cf. TEOFRASTO *Sobre la sensación* 6); los escépticos le concedieron gran importancia. Entre los síntomas del *ícteros* se menciona que la miel sabe amarga a los afectados por esta enfermedad (cf. ARETEO, III 15, 10-11; DEICHGRAEBER, *Pseudhippocrates*..., pág. 46; TEOFRASTO, *Sens.* 66).

26 El significado es problemático: entiendo *sēmeîa* como «prueba científica», por referencia al hecho de que el agua y la miel son «dulces» y no lo son; en el pasaje se hace un uso muy amplio del significado de *glykýs*.

27 El significado de este párrafo dista mucho de estar claro; probablemente hay una contraposición entre las dos primeras oraciones, que determinan la cantidad, y las otras dos, que pueden entenderse como explicación y puntualización de las dos primeras (cf. DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates*..., págs. 48 y sig.). La idea es una reminiscencia de la teoría de los *póroi* de EMPÉDOCLES (31 A 86 D-K [= TEOFRASTO, *Sens.* 7]).

28 Esta contraposición es interpretada por DEICHGRAEBER (*op. cit.*, pág. 50) según los contrarios frío (aire)/calor (cuerpo), a partir de Anaxímenes e Hipócrates (*Epidemias* VI 6, 1).

29 *arch*ḗ (fundamento) viene recogido a continuación (§ 31) por *rízōsis* (raigambre). Se distinguen claramente dos tipos de alimentación fundamentales: *pneûma* y alimentos sólidos o líquidos.

30 En estas palabras se distingue entre venas y arterias de modo preciso, a diferencia de otros lugares del *Corpus Hippocraticum* (cf. *Sobre las enfermedades* IV 54; *Sobre las articulaciones* 45; *Sobre las enfermedades* I 32; *Sobre las carnes* 5; *Epidemias* II 4; *Sobre la naturaleza del hombre* 11; véase H. HAGEN, *Die physiologische und psychologische Bedeutung der Leber in der Antike*, Bonn, 1961). La palabra *rízosis* aparece por primera vez en TEOFRASTO (*De causis plantarum* II 12, 5).

31 Es decir, sangre, calor y *pneûma* (cf. § 31).

32 La distinción entre potencia vegetativa y sensitiva es aristotélica.

33 Cf.: *Aforismos* I 3 y 15; GALENO, I 25, IV 725, V 820, 875, KV 397 KÜHN; L. BOURGEY, *Observation et expèrience chez les médecins de la Collection Hippocratique*, París, 1953, pág. 256, n. 2.

34 No se puede determinar si las últimas palabras *(en pâsi)* pertenecen a esta oración o a la siguiente.

35 La medicina es un arte estocástico *(ars coniecturalis)* en el que se trata de acertar la necesaria proporción entre la cantidad y la «fuerza» de alimento (o del medicamento); véase, más adelante, el § 46. La *eustochía* es un concepto de la ética estoica.

36 Los §§ 36-41 tratan de ginecología y de la alimentación del recién nacido y el feto. Esta primera oración se interpreta, de acuerdo con la ginecología antigua, como la afirmación de que tanto la leche como la sangre menstrual son productos de la alimentación; el párrafo siguiente lo confirma: el alimento del feto es sangre, el del niño, leche.

37 Estas tres afirmaciones se refieren, en el contexto, al embrión y al feto, en primer lugar, al ser vivo, en segundo lugar, y a las partes del organismo que constituyen el ser vivo (cf. DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates*..., pág. 56, y PSEUDO GALENO, *An animal sit quod in corpore est* XIX 173 KÜHN).

38 Cf. *Epidemias* VI 5, 1: «La naturaleza, a pesar de carecer de instrucción, hace lo debido sin haberlo aprendido»; sobre esta sentencia véase el comentario que le dedica BOURGEY, *Observation*..., pág. 77; cf.

Epidemias VI 314. La idea procede, en última instancia, de ARISTÓTELES (*Física* II 8 = 199b28-32), cf. L. BOURGEY, «Hippocrate et Aristote; l'origine, chez le philosophe, de la doctrine concernant la nature», en M. D. GRMEK, *Hippocratica*, pág. 61. El plural *phýsies* recoge los plurales de la oración anterior (embrión, organismo y sus partes).

39 El escoliasta explica esta máxima con las siguientes palabras: «porque si la sangre de la nodriza es más adecuada a la naturaleza del niño, es más útil la ajena que la propia». Para la oración siguiente véase *Sobre la dieta* I 18; HERÁCLITO, B 10 D K, y CLEANTES, *Himno a Zeus* 18 s.

40 La digestión se concibe como un proceso de putrefacción o fermentación (cf. EMPÉDOCLES, B 81 DK).

41 Cf. AULO GELIO, III 16, 7-8, da el siguiente texto: *éstin kaì ouk éstin tà oktámēna*, es decir, el recién nacido parece vivo al nacer, pero no es capaz de vivir, no es viable. Los números son múltiplos de los meses que completan la gestación: siete, nueve, diez, y ocho.

42 Cf. *Sobre las articulaciones* 14; seguimos en la última oración el texto transmitido y no el que propone DEICHGRAEBER, *Pseudhippokrates...*, pág. 61.

43 Se contraponen sangre líquida y sangre «densa». Para las últimas oraciones, véase HERÁCLITO, B 58 DK, y *Sobre los flatos*, cap. 1.

44 DEICHGRAEBER (*op. cit.*, pág. 64) piensa que el autor hace aquí un uso arcaico del término *phlébes* a imitación de *Epidemias* II 1, 8. Desde Herófilo las pulsaciones son propias de las arterias y no de las venas; anteriormente se pensaba lo contrario; cf. K. ABEL, «Die Lehre von Blutkreislauf im *Corpus Hippocraticum», Hermes* 86 (1958), 205, y, sobre todo, C. R. S. HARRIS, *The Hearth and the Vascular System in Ancient Greek Medicine from Alcmaeon to Galen*, Oxford, Clarendon, 1973, especialmente, págs. 80-82.

45 La consideración del *pneûma* como alimento se atribuye a Aristógenes (*ca*. 350 a. C.), cf. ARISTÓTELES, *De spiritu* 2 = 481a, b. Véase, tb., L. GARCÍA BALLESTER, *Galeno*, Madrid, Guadarrama, 1972, pág. 142 y sigs.

46 Cf. PSEUDO-GALENO, *in Hippocratis Epidem*. II 13 = XVII A 342 KÜHN.

47 Cf. PSEUDO-GALENO, *ibid*., II 13 = XVII A 341 KÜHN.

48 DEICHGRAEBER (*Pseudhippokrates...*, 67) lo considera un escolio introducido en el texto secundariamente (cf. W. A. HEIDEL, «Hippocratea», *Harvard Studies in Classical Philology* 25 [1914], 193); asimismo, al final lee *déontos* en lugar de *eóntos*. Según estos párrafos, la digestión se interpreta como un proceso de disolución, mientras que antes predominaba la idea de fermentación.

49 Con ésta se inician las cuatro oraciones que cierran el tratado. El término *artēríē* se refiere a la tráquea, tal como traduzco. Para el significado de «alimento» en este lugar, véase la introducción.

50 Cf. GALENO, *De nat. fac*. III 15 (II 212 KÜHN); ARISTÓTELES, *Historia animalium* III 521a20.

51 Cf. §§ 2 y 4.

52 Cf. *Sobre los flatos* 3: «El aire es el vehículo de la tierra»; Erasístrato, *ap*. PLUTARCO, *Conv*. VI 3, 2.

ÍNDICE GENERAL

Índice